



**POLITÉCNICO
DE LEIRIA**

ESCOLA SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO
E CIÊNCIAS SOCIAIS

“Recordar é viver”

Fotografia Participativa na promoção do bem-estar de clientes do
Serviço de Apoio Domiciliário

Relatório de projeto

Márcia Lia Rodrigues Pires

Trabalho realizado sob a orientação de

Professora Doutora Jenny Gil Sousa, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais

Professora Maria Pereira Kowalski, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais

Leiria, Março de 2024

Mestrado em Intervenção e Animação Artísticas

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS SOCIAIS

POLITÉCNICO DE LEIRIA

Agradecimentos

Ao longo de qualquer trabalho realizado, é inevitável não sentir um turbilhão de sentimentos, e um dos que mais se destaca no final é com certeza a gratidão. Seria impossível não mencionar a instituição e as pessoas que fizeram com que este trabalho fosse possível, por esse motivo agradeço com a maior sinceridade.

Início os meus agradecimentos com a pessoa que mais os merece, à minha mãe a quem devo tudo, que nunca deixou que nada me faltasse, ao maior exemplo que tenho e terei de força e resiliência. Obrigada pelo apoio incondicional, por todos os esforços e sacrifícios para que eu pudesse ter uma boa vida e educação. Sou grata pelas palavras sábias que me guiaram ao longo dos anos, pela paciência e compreensão, pelos ensinamentos e valores que fazem de mim a pessoa que sou hoje.

Agradeço ao meu grupo de amigos pelas constantes palavras e mensagens de motivação, pelo grande apoio neste percurso académico e por acreditarem no meu potencial. Especial agradecimento à minha amiga Marisa pelas sessões de escrita nas bibliotecas e cafés para os nossos respetivos trabalhos, à minha amiga Maria pelas boleias e palavras de incentivo durante a realização do meu projeto, obrigada por estarem presentes durante mais uma etapa da minha vida.

Aos meus colegas do MIAA, pelas aventuras e momentos que passámos, pela aprendizagem em conjunto. Obrigada pelo companheirismo e união, pelo mútuo auxílio e conhecimento que foi e é partilhado. Pela troca de pensamentos que foram surgindo ao longo destes dois anos.

Não poderia deixar de agradecer também aos professores do MIAA, à transmissão de conhecimentos, experiências únicas e enriquecedoras ao longo deste mestrado, por nos conduzirem nesta procura de mais saber. Destaco em especial as minhas Orientadoras, as professoras Jenny Sousa e Maria Kowalski, por me guiarem neste percurso final, pela paciência e compreensão nos altos e baixos deste trabalho, pelas palavras de motivação, o esclarecimento de dúvidas e disponibilidade constante. Obrigada pela partilha de conhecimentos, sugestões e soluções, por todo o apoio proporcionado.

À Diretora Técnica, Eunice Ferreira, por colaborar mais uma vez comigo neste meu trajeto académico. Por ter aceitado e acreditado no desenvolvimento deste trabalho e se ter mostrado disponível para me ajudar e ter intermediado o primeiro contacto com os participantes. Por me ouvir em momentos de dúvida e pelas palavras sábias e reconfortantes, agradeço por todo o apoio dado desde o primeiro momento em que tive o privilégio de trabalhar e aprender com a mesma.

Por último, mas indubitavelmente não menos importante, agradeço a todos os clientes do serviço de apoio domiciliário (SAD), pela participação neste projeto, que acima de tudo foi feito a pensar neles, para eles e com eles. Obrigada pelo voto de confiança, por partilharem comigo momentos especiais e valiosos que levo comigo. Por terem aceitado entrar nesta aventura, pela dedicação e força de vontade, pelos pensamentos, visões e interpretações que dão vida e luz a este trabalho. Agradeço por todas as recordações, e pela frase que mais passou pelas nossas conversas, “recordar é viver”.

Dedico aos meus avós maternos, Ana Francisca & Francisco Luís.

Resumo

O presente relatório visa a apresentação de um projeto de intervenção focado na população idosa, especificamente voltado para um grupo de clientes do Serviço de Apoio Domiciliário do Lar Adventista para Pessoas Idosas Centro. A intervenção apoiou-se no princípio de que a intervenção artística, neste caso, através da fotografia participativa se pode estimular o indivíduo a nível emocional e social, promovendo o seu bem-estar e, conseqüentemente, diminuir sentimentos interligados com o isolamento social e a solidão.

Ao longo deste relatório é possível seguir uma linha condutora do estudo que foi feito através do enquadramento teórico apoiado em literatura pertinente à contextualização dos temas seleccionados. Da mesma forma que se faz o seguimento da metodologia qualitativa e da investigação-ação escolhidas como as diretrizes a seguir para o desenvolvimento do trabalho, sendo que a sua essência encaixa nas particularidades do projeto e do público-alvo seleccionado.

Através da exposição e análise dos dados pretendeu-se, não só, revelar o impacto que o projeto transpareceu nos clientes que participaram no mesmo, mas também sublinhar a importância da animação ao domicílio e a criação de mais iniciativas neste âmbito.

Palavras-Chave

Bem-estar; Fotografia Participativa; Intervenção e Animação Artísticas; Pessoa idosa; Serviço de Apoio Domiciliário

Abstract

This report aims to present an intervention project focused on the elderly population, specifically aimed at a group of users of the Home Support Service of the Adventist Home for Elderly People Centro. The intervention was based on the principle that artistic intervention, in this case, through participatory photography, can stimulate the individual on an emotional and social level, promoting their well-being, and consequently reducing feelings linked to social isolation and loneliness.

Throughout this report it is possible to follow a guiding line of the study that was carried out through the theoretical framework supported by literature relevant to the contextualization of the selected themes. In the same way, the qualitative methodology and action research are chosen as the guidelines to follow for the development of the work due to its essence fitting the particularities of the project and the selected target audience.

Through the exhibition and analysis of the data, the aim was not only to reveal the impact that the project had on the users who participated, but also to highlight the importance of entertainment at home and the creation of more initiatives in this area.

Keywords

Well-being; Participatory Photography; Artistic Intervention and Animation; Elderly; Home Support Service

ÍNDICE GERAL

| | |
|---|-----------|
| Índice Geral | VI |
| Índice de Figuras | VIII |
| Abreviaturas..... | IX |
| Introdução..... | 1 |
| Capítulo I - Enquadramento teórico..... | 4 |
| 1.1 Envelhecimento: considerações teóricas | 4 |
| 1.1.1 A solidão e o isolamento social da população idosa..... | 5 |
| 1.1.2 Envelhecimento ativo | 8 |
| 1.2 Respostas de Apoio Social para pessoas idosas | 11 |
| 1.2.1 Serviço de Apoio Domiciliário..... | 12 |
| 1.3 Intervenção e Animação Artísticas..... | 17 |
| 1.3.1 A importância da animação artística para o bem-estar da população idosa... 18 | |
| 1.4 Fotografia..... | 21 |
| 1.4.1 Fotografia como linguagem..... | 24 |
| 1.4.2 Fotografia Participativa | 29 |
| 1.4.2.1 Foto-elicitación | 30 |
| Capítulo II – Metodologia..... | 33 |
| 2.1 Tipo de estudo (investigação-ação)..... | 34 |
| 2.2 Problema de Investigação e pertinência do estudo..... | 36 |
| 2.3 Questão de investigação e objetivos..... | 39 |
| 2.4 Técnicas e instrumentos de recolha de dados | 40 |
| 2.4.1 Entrevista semiestruturada..... | 40 |
| 2.4.2 Observação e Diário de bordo | 41 |
| 2.5 Técnicas de análise de dados..... | 43 |
| 2.6 Questões éticas | 44 |

| | |
|--|-----------|
| 2.7 Caracterização Institucional e dos participantes..... | 44 |
| Capítulo III – Desenvolvimento do Projeto de Intervenção e do Processo de Investigação-ação..... | 48 |
| 3.1 Diagnóstico..... | 48 |
| 3.2 Planificação da Intervenção..... | 56 |
| 3.3 Implementação do Projeto de Intervenção | 57 |
| 3.4 Apresentação e Análise de Resultados | 66 |
| 3.4.1 Diário de Bordo da Investigadora..... | 67 |
| 3.4.2 Entrevista Semiestruturada Final..... | 71 |
| Capítulo IV – Conclusões..... | 75 |
| 4.1 Limitações do estudo..... | 77 |
| 4.2 Propostas para estudos futuros | 78 |
| Referências Bibliográficas | 79 |
| ANEXOS..... | 94 |
| Anexo 1 – Carta de Apresentação e Pedido de Colaboração | 95 |
| Anexo 2 – Consentimento Informado | 97 |
| Anexo 3 – Guião de Entrevista Semiestruturada à Diretora Técnica..... | 98 |
| Anexo 4 – Guião de Entrevista Semiestruturada Inicial aos Participantes do SAD.. | 100 |
| Anexo 5 – Planificação das Sessões Desenvolvidas | 102 |
| Anexo 6 – Fotografias Utilizadas para a 3ª Sessão | 106 |
| Anexo 7 – Grelha de análise de conteúdo da Entrevista Semiestruturada à Diretora Técnica..... | 107 |
| Anexo 8 – Grelha de análise de conteúdo das Entrevistas Semiestruturada Iniciais aos Participantes do SAD..... | 115 |
| Anexo 9 - Grelha de análise de conteúdo das Sessões - Diário de Bordo..... | 135 |
| Anexo 10 – Guião da Entrevista Semiestruturada Final aos Participantes do SAD.. | 147 |
| Anexo 11 – Grelha de análise de conteúdo das Entrevistas Semiestruturadas Finais aos Participantes do SAD..... | 148 |

| | |
|--|-----|
| Anexo 12 – Cartaz da Exposição de Fotografias..... | 153 |
|--|-----|

Índice de Tabelas

| | |
|--|----|
| Tabela 1- Caracterização dos Participantes..... | 46 |
| Tabela 2 -Análise Temática da Entrevista de Diagnóstico à Diretora Técnica..... | 48 |
| Tabela 3- Análise Temática às Entrevistas Iniciais dos Clientes | 51 |
| Tabela 4- Tabela de Análise Temática das Sessões através do Diário de Bordo | 67 |
| Tabela 5 -Tabela de análise Temática das Entrevistas Semiestruturadas Finais aos Participantes do SAD..... | 71 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1 - Fotografias da 2ª Sessão | 59 |
| Figura 2- Fotografias da 3ª Sessão | 60 |
| Figura 3- Fotografias da 4ª Sessão | 62 |
| Figura 4- Fotografias da 5ª Sessão | 63 |
| Figura 5- Fotografias da 6ª Sessão | 65 |

ABREVIATURAS

AAD – Ajudantes de Ação Direta

ASA – Assistência Social Adventista

ASG – Auxiliares de Serviços Gerais

CD – Centro de Dia

DB – Diário de Bordo

DGSSFC – Direção-Geral da Segurança Social da Família e da Criança

DT – Diretora Técnica

IPSS – Instituição Particular de Solidariedade Social

LAPI – Lar Adventista para Pessoas Idosas

MIAA – Mestrado em Intervenção e Animação Artísticas

SAD - Serviço de Apoio Domiciliário

INTRODUÇÃO

No âmbito do Mestrado em Intervenção e Animação Artísticas (MIAA), surge a oportunidade de mobilizar a aprendizagem e conhecimentos adquiridos ao longo de todo o processo, a partir da conceção, desenvolvimento e avaliação de um projeto de intervenção artística. O presente relatório apresenta o projeto desenvolvido, encontrando-se, deste modo, inserido no último semestre do plano de estudos do MIAA do Instituto Politécnico de Leiria Escola Superior de Educação e Ciências Sociais.

A ideia de intervenção deste projeto nasce da experiência que a investigadora teve no âmbito do seu Estágio Curricular da Licenciatura em Serviço Social, no qual houve a oportunidade de trabalhar com uma instituição para a população idosa, composto por duas respostas sociais: Centro de dia (CD) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD). No decorrer desse estágio, houve a oportunidade de trabalhar com os clientes de centro de dia, no entanto, foi também sublinhada a importância de se pensar nas pessoas abrangidas pelo SAD e na necessidade de as incluir na esfera da intervenção e animação. Durante o estágio em questão, começou-se a iniciativa “Cartas à Antiga com um extra de Simpatia Amiga” (C.A.S.A) que procurou promover o combate à solidão, motivar os clientes a fazer novas amizades e alargar a sua rede de suporte. Com esta intervenção abriu-se caminho para aprofundar um novo projeto e que agora se apresenta. Antes de mais, é de salientar que embora existam estruturas formais e informais, diversos projetos, iniciativas, atividades e serviços voltados para este público-alvo, devido ao aumento da população idosa em Portugal e do isolamento social e da solidão sentida por parte destes indivíduos, é imperativo continuar a desenvolver projetos que consigam promover o bem-estar dos mais velhos, através de abordagens inovadoras e adaptadas às necessidades sentidas.

Com efeito, o envelhecimento populacional tem-se vindo a manifestar como uma realidade inegável em Portugal e fatores como os avanços na saúde, baixas taxas de natalidade e mortalidade unem-se a este fenómeno, apresentando desafios multifacetados para a nossa sociedade (Fonseca, 2005). Na mesma linha estão os trabalhos de Cabral et al. (2013), quando defendem que “o envelhecimento acentua riscos, correlativos da idade e da vulnerabilidade do estado de saúde; do isolamento social e da solidão propriamente

dita; da dependência não só física e mental” (p. 12). Neste sentido compreende-se a urgência de promover o bem-estar da população idosa através de ferramentas adequadas e ajustáveis, que possam combater estes fenómenos de risco, tendo também em consideração que o envelhecimento demográfico em Portugal se apresenta como um acontecimento com tendência a aumentar nos anos vindouros.

Segundo Jacob (2012), a resposta social SAD tende ainda a focar-se muito no assistencialismo, esquecendo-se da esfera interventiva ligada à animação ao domicílio, sublinhando, ainda, a necessidade de se elaborar atividades próprias para estes clientes, que sejam adaptadas à sua situação e ao espaço disponível para a realização das mesmas. Partilha que não basta deslocar os clientes desta resposta social e inseri-los noutra, mas sim criar a sua própria dinâmica dentro daquela que já estão inseridos. Na ótica de Fontes (2015), a arte pode ter um papel crucial neste desiderato, enquanto estratégia de intervenção, uma vez que se compreende como uma fonte de potencialidades diversas ligadas à “ comunicação, da iniciativa, da criatividade, da descoberta de novos interesses e aptidões, levando o idoso a redescobrir a alegria de viver, definindo para si novos objetivos que levam à estruturação ou reestruturação do seu projeto de vida ” (p. 1), o que acaba por promover o seu bem-estar físico e psicológico. Neste âmbito, e olhando mais especificamente para a fotografia, esta emerge como um instrumento catalisador de benefícios interventivos com a população idosa, visto que “a fotografia é uma grande companheira e aliada na trajetória da vida por permitir registros de experiências marcantes e significativas que auxiliam na reelaboração do passado e na prospecção do futuro” (Justo & Justo, 2012, p. 101). Através da fotografia, mais especificamente quando esta é realizada de modo participativo, é possível despoletar reações, emoções e consequentemente reflexões, sendo que “implementar a fotografia participativa é dar oportunidade a que se escutem pontos de vista, vozes, lutas, valorizando o que verdadeiramente se pensa e o que realmente se sente” (Chaves, 2016, p. 20).

Assim, e tendo por base o exposto até ao momento, surge a seguinte questão de investigação, que norteou todo o trabalho desenvolvido e que se apresenta neste relatório: “quais os contributos da fotografia participativa na promoção do bem-estar dos clientes do Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) do Lar Adventista para pessoas idosas (LAPI) Centro?”. Da questão de investigação decorrem os objetivos de investigação, o geral e os específicos. Como objetivo geral, este trabalho apresenta o seguinte: Perceber de que forma a fotografia participativa pode promover o bem-estar dos clientes do serviço de

apoio domiciliário do Lar Adventista para Pessoas Idosas (LAPI) Centro. Decorrente deste objetivo, emergiram os seguintes objetivos específicos: 1. Compreender o contexto pessoal e social dos clientes de SAD do LAPI Centro, 2. Perceber o contacto dos participantes com a linguagem fotográfica, 3. Elaborar um conjunto de atividades relacionadas com fotografia participativa, 4. Promover a autorreflexão através da fotografia participativa, 5. Entender de que forma a fotografia participativa pode influenciar o bem-estar dos clientes, 6. Avaliar o contributo do projeto na promoção do bem-estar dos participantes. Com esta investigação, procurou-se compreender como esta experiência, ligada ao projeto inserido neste relatório, pode contribuir para o bem-estar, a autoestima e inclusão social dos clientes.

Deste modo, a estruturação do presente relatório divide-se em quatro grandes capítulos: no primeiro é desenvolvido o enquadramento teórico, sendo abordados temas relacionados com o envelhecimento, com as respostas sociais para a população idosa, com a intervenção e animação artísticas, e com a fotografia. O segundo capítulo compreende a metodologia utilizada para este trabalho, inclusivamente a metodologia qualitativa e o tipo de estudo voltado para a investigação-ação. No terceiro capítulo, apresenta-se o desenvolvimento do projeto de intervenção e do processo de investigação-ação, expondo e discutindo os resultados obtidos ao longo do mesmo. Por último, no quarto capítulo, é feita a conclusão, unindo todos os pontos que foram abordados e explorados no decorrer de todo o relatório.

CAPÍTULO I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1 ENVELHECIMENTO: CONSIDERAÇÕES TEÓRICAS

Discutir o envelhecimento na contemporaneidade implica admitir, antes de mais, a existência de uma consciência coletiva onde envelhecer nem sempre tomou um significado igualitário no desenrolar da história. Com o decorrer dos anos, através dos fatores sociais, económicos e dos avanços na medicina, foi possível alcançar cada vez mais uma expectativa de vida alongada que outrora não era provável (Dardengo & Mafra, 2018). Numa sociedade visivelmente envelhecida demograficamente, podemos entender o termo envelhecer como um caminho a percorrer por todos nós, sendo este constante e que se espera que aconteça, abrangendo fatores relacionados com o crescimento e desenvolvimento humano. Assim, e se por um lado não é possível impedir este fenómeno biológico, por outro, o modo como envelhecemos pode divergir de pessoa para pessoa, tendo em conta o estilo de vida de cada um, assim como as influências ambientais e a própria condição genética (Lima, 2010). O envelhecimento populacional pode, portanto, ser observado através de um conjunto de acontecimentos, sendo eles a diminuição da natalidade, da mortalidade em faixas etárias precoces e o aumento da expectativa de vida na velhice (Neri, 2007).

Envelhecimento ou entrada na velhice, abrange, deste modo, um aspeto biológico com dimensões sociopsicológicas. De forma biológica, quando se fala de fatores relacionados com o aparecimento de cabelos grisalhos, rugas, desafios físicos e doenças ligadas à idade. Numa visão social quando é definida uma faixa etária que determina a entrada na idade sénior, e conseqüentemente se cria uma ideia característica daquele grupo de indivíduos, influenciando a forma como a sociedade os olha e como os mesmos interagem entre si. Na esfera psicológica, sublinha-se a imagem que a pessoa idosa tem de si mesma, das suas vivências e o seu papel na sociedade, o que afeta psicologicamente o indivíduo e como este interpreta a sua passagem e entrada na terceira idade (Freitas et al., 2010).

Seguindo a linha de pensamento de Freitas et al. (2010), mais precisamente no ponto social descrito acima, é possível definir os 60 anos como o marco padrão de entrada no grupo etário designado pela população idosa quando se fala no Brasil, já em Portugal e

na restante Europa, a idade é os 65 anos. No entanto, sublinha-se que independentemente do contexto dos países desenvolvidos e em desenvolvimento, esta idade cronológica não deve ser vista como um marcador exato das mudanças físicas e psicológicas consequentes do envelhecimento. Indivíduos com a mesma idade podem apresentar estados de saúde bastante divergentes, assim como, os seus níveis de independência podem não ser os mesmos, o que se torna num facto importante a ter em conta em momentos de criação de programas e políticas para este vasto grupo (United Nations et al., 2017; World Health Organization, 2002; Scherbov & Sanderson, 2019).

Rosa (2012) refere que nem sempre o envelhecimento demográfico em Portugal foi tão urgentemente falado como é nos dias de hoje. Na verdade, e contrastando com esse comportamento, passou a existir uma maior preocupação sobre o assunto, tornando-se, na visão de muitos, uma das problemáticas que mais influencia os setores financeiros, sociais, políticos e, também, culturais. Neste sentido, e tendo em conta o agravamento do envelhecimento demográfico em Portugal, trazemos à liça alguns dados estatísticos que permitem perceber o quão imperativo se torna falar deste fenómeno. Com efeito, e tal como indica o Instituto Nacional de Estatística (2017), “face ao decréscimo da população jovem, a par do aumento da população idosa, o índice de envelhecimento mais do que duplicará, passando de 147 para 317 idosos, por cada 100 jovens, em 2080” (p.1) prevê-se também que de 2,1 milhões, o número de idosos irá aumentar para 2,8 milhões, o que provoca um pensamento inevitável de como reagir perante estes dados.

De uma forma geral, é notória a nova realidade em que nos encontramos, por este motivo é necessário refletir, discutir e criar modos de fornecer apoios e suportes que sejam feitos a pensar no idoso e nas suas características (Sequeira, 2018). Torna-se importante ressaltar uma vez mais, que o envelhecimento, por não ser apenas cronológico, apresenta-se de forma diferente e específica a cada indivíduo, e por essa razão existem necessidades singulares que devem ser tidas sempre em consideração neste entendimento sobre os processos que abrangem o envelhecer (Rosa, 2012).

1.1.1 A SOLIDÃO E O ISOLAMENTO SOCIAL DA POPULAÇÃO IDOSA

Para que haja um verdadeiro entendimento da solidão e do isolamento social da população idosa, a exploração das nuances que envolvem estes conceitos torna-se importante. Segundo Pais (2006), a solidão não se traduz numa só forma uma vez que as

características individuais de cada um de nós, por si só, já nos remetem para significados singulares, ou seja, o modo como vivemos a solidão poderá até produzir uma sensação de identificação, onde um se revê na solidão do outro, no entanto, o autor sublinha que não se trata de uma vivência compartilhada e, por esse motivo, não há um consenso absoluto.

Apesar de ser difícil a concretização de uma definição exata do que é a solidão, ainda assim, existem diversos autores que estudam este fenômeno com o objetivo de o concretizar. A análise de Pinheiro e Tamayo (1984) aponta para alguns quadros caracterizantes da solidão, passando pela ausência do significado e objetivo de vida, da designação deste como sendo um sentimento que não é bem-vindo e, por consequente, desagradável, assim como o sentimento de isolamento e separação. Com efeito, e tal como explicam Azeredo e Afonso (2016), “a solidão é um sentimento penoso e angustiante, que conduz a um mal-estar em que a pessoa se sente só, ainda que rodeada de pessoas, por pensar que lhe falta suporte, sobretudo de natureza afetiva” (p. 314). Embora não se apresente como algo específico de um determinado grupo etário, a verdade é que existem dois que se destacam particularmente, os adolescentes e os idosos (Neto & Barros, 2001).

Devido a um conjunto de fatores relacionados com o desenvolvimento da sociedade, como se organiza e se encontra em constante mudança e reformulação, do mesmo modo como se alteram as dinâmicas e disposições familiares, ao mesmo tempo que se faz uma ponte com o envelhecimento populacional, salientando-se a solidão como um problema social cada vez mais notório (Rodrigues, 2018). A este propósito, Freitas (2011) defende que um dos maiores desafios pelos quais a população idosa pode passar é a solidão, e neste contexto os motores pessoais e sociais apresentam-se cooperantes para que esse sentimento se desenvolva. Neste sentido a “sua prevalência aumenta, sobretudo, quando surgem acontecimentos de vida que se traduzem em perdas ou, quando sua capacidade de adaptação está diminuída” (Azeredo & Afonso, 2016, p. 316). Entender a solidão e isolamento como polos diferentes mostra-se também importante, pois estes não se transpõem de forma igualitária, embora o isolamento possa provocar o desenvolvimento do sentimento de solidão (Freitas, 2011) “propõe-se a seguinte definição para o termo, consideradas as suas dimensões: a solidão é uma reação emocional de insatisfação, decorrente da falta e/ou deficiência de relacionamentos pessoais significativos, a qual inclui algum tipo de isolamento” (Pinheiro & Tamayo, 1984, p. 35). De acordo com o

SNS 24¹ (2023), o isolamento social pode ser observado através da carência do contato com várias redes de apoio como a família, a comunidade, o acesso a vários serviços importantes e, no seu geral, com o mundo exterior. Já a solidão é apresentada como um sentimento subjetivo no qual o indivíduo carece da sensação de pertença e sente-se isolado, mesmo estando rodeado por pessoas, não sendo os contactos que possui, o suficiente para as suas necessidades e características. Na mesma linha, é defendido por Rodrigues (2018) que,

O suporte social é frequentemente relacionado com os conceitos de isolamento e solidão, significando ter família, amigos, profissionais de saúde ou outros a quem se possa recorrer em tempos de necessidade. Uma pessoa pode receber suporte, mas se isto implicar uma relação de troca, um custo ou um sentimento de dívida que não ajudam a pessoa a sentir-se menos sozinha. Aliás, o suporte social pode não implicar a partilha de momentos bons ou provir de alguém com quem não se pretende ter uma ligação emocional, de tal ordem que os efeitos negativos da solidão se mantêm mesmo após ajustamento para a variável suporte social. (p. 2)

Diante desta exploração de ideias e análises sobre a solidão e o isolamento social da população idosa, podemos destacar que, apesar do ato de viver sozinho possa ser apresentado e considerado algo normal, que não levanta muitas questões quando se trata de um grupo etário mais novo, ou até mesmo visto de forma positiva pela própria pessoa idosa (Paço, 2016), por outro lado quando nos posicionamos numa outra perspetiva do espectro da situação e temos em conta características físicas e psicológicas, especialmente quando o idoso em questão é dependente e torna-se essencial o apoio de outros, o viver a sós é associado à solidão e por consequência pode ser observada como um problema social (Cabral et al. 2013). Neste sentido, é essencial ampliar a necessidade de refletir e unir instrumentos não só com profissionais, mas com as famílias que lidam com este problema, visto estarmos perante um aumento do envelhecimento e isolamento dentro da nossa sociedade, é imperativo o progresso na construção de resoluções capazes de

¹ Serviço Nacional de Saúde 24

promoverem uma coletividade cada vez mais adaptada a estes fenómenos e com um sentimento de integração, levando a um maior suporte social (Rodrigues, 2018).

1.1.2 ENVELHECIMENTO ATIVO

No seguimento do ponto anterior, focando-nos agora numa perspetiva virada para as práticas que existem em prol e benefício da população sénior, a abordagem ao envelhecimento ativo mostra-se pertinente. Neste sentido e segundo a World Health Organization (2002) o termo que diz respeito ao envelhecimento ativo foi adotado no final da década de 1990, no qual o seu objetivo passa pela partilha de uma mensagem mais apelativa e inclusiva em contraste com o termo “envelhecimento saudável”. Deste modo o envelhecimento ativo baseia-se no reconhecimento dos direitos humanos da pessoa idosa, seguindo também os princípios das Nações Unidas, onde existe a atenção à independência, participação, dignidade, cuidado e autorrealização do indivíduo idoso. Em conformidade, é incentivada e apoiada a participação deste grupo etário nos processos políticos, como também noutros pontos da vida comunitária: “assim, este conceito tenderá a ser compreendido no âmbito da cultura e do género uma vez que a própria palavra “ativo” remete para a participação em questões económicas, culturais, sociais e civis” (Rodrigues, 2018, p. 8), criando um papel contínuo e importante enquanto membro da sociedade.

Na opinião de Ribeiro e Paúl (2018) deve existir um objetivo coletivo que passe pela promoção da qualidade de vida da pessoa idosa. Tendo em conta o prolongar da expectativa de vida, mostra-se importante fazer com que este fenómeno se traduza da melhor forma e seja experienciado positivamente, em oposição aos possíveis problemas, que possam surgir nesta fase. Esta promoção abrange assim o bem-estar físico e psicológico, onde exista espaço para uma vida ativa e incentivo na participação social. Para que isso aconteça, salienta-se a necessidade de gerar estratégias que fortaleçam e promovam uma vivência favorável no processo de envelhecimento. Em bom rigor, é imprescindível apoiarmo-nos em conhecimentos multidisciplinares com a ajuda das várias áreas capazes de atenderem a estas necessidades. Tanto a família como os vários profissionais que se dedicam a esta causa são fulcrais, sendo incitado a sua participação na promoção do envelhecimento ativo da população idosa.

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (2005) este termo engloba tanto a pessoa individual como também grupos populacionais, proporcionando momentos seguros e de apoio às pessoas, de forma que as mesmas entendam o seu valor e os seus leques de competências para participarem num estilo de vida que lhes leve ao bem-estar físico, mental e social no decorrer da sua vivência. Acima de tudo, para que o envelhecimento ativo se mostre proveitoso, é importante que seja conduzido a favor das necessidades, vontades e aptidões da pessoa, onde em simultâneo é proporcionado um sentimento de segurança e implementados todos os cuidados acomodados ao indivíduo, sempre que se mostre essencial. para além disso, explica Castanho (2011), “é impreterível não só sensibilizar cada ser humano para a importância do envelhecimento ativo, mas também fazer convergir as forças políticas, humanas e sociais no sentido de proporcionarem aos idosos o usufruto de um envelhecimento ativo” (p. 22).

Em reflexão, não podemos olhar para este termo como algo pertencente apenas a um grupo etário, pois, tal como se viu nos pontos anteriores, o envelhecimento é um processo que se espera que aconteça, deste modo, é uma responsabilidade coletiva e será certamente algo a continuar de forma a melhorar e alargar os horizontes, de modo que chegue a todos e adaptado às necessidades particulares de cada um. Não se deve desconsiderar o facto de que o envelhecimento ativo também traduz a conquista desta fase da vida como algo positivo e que não deve ser temida, mas sim vista como uma vida rica e longa que se une a oportunidades relacionadas com a saúde e novas chances, “não estando circunscrito à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho, deve considerar leituras subjetivas que permitam manter o envolvimento ajustado” (Ribeiro, 2012, p. 49). No mesmo prisma, Paúl (2017) sugere que abraçar o envelhecimento ativo diz respeito a todos, o que deve, assim, implicar um empenho contínuo. Socialmente, existe o dever de estabelecer ambientes sociais variados e aptos à segurança necessária e adequada à pessoa idosa. Promover um estilo de vida social, solidário e voluntário, juntamente com o exercício ativo da cidadania, é um direito que assiste a todos. O sistema de apoio social para cada indivíduo, e particularmente, a promoção de relações significativas, deve refletir um investimento emocional e de apoio. Sem dúvida, serve como fator crucial ao longo da vida, incluindo no processo de envelhecimento.

Numa proposta virada para o desenvolvimento de políticas e programas, o envelhecimento ativo tem o potencial de atender a vários desafios, tanto a nível

individual, mas, também, no que concerne ao envelhecimento populacional. Num grupo constituído pelos setores da saúde, mercado de trabalho, empregabilidade, educação e políticas sociais que se unam para apoiar o envelhecimento ativo, existe uma grande probabilidade de prevenir mortes prematuras em fases produtivas da vida, menos incapacidades relacionadas com doenças crónicas na velhice, o aumento de pessoas com uma qualidade de vida positiva à medida que vão envelhecendo, um maior interesse e capacidade por parte dos mais velhos na participação ativa de eventos sociais, culturais económicos e políticos, custos menos elevados relacionados com tratamentos médicos e serviços de cuidados (World Health Organization, 2002).

Definindo o que é o envelhecimento ativo, pode-se dizer que este conceito tem como principal objetivo a criação de um ambiente estimulante à volta da pessoa idosa, na tentativa de retardar os efeitos menos positivos que se desenvolvem com a idade. Passa pela promoção de que a velhice não é uma fase pela qual apenas se passa o tempo, mas sim aproveitar esse tempo através de um conjunto de atividades criadas exatamente para um estilo de vida ativo e com qualidade. Ou seja,

Exercício físico, dieta, sono, saúde física e mental, intimidade e apoio social, segurança. Além da contribuição de cada pessoa para o seu próprio bem-estar, é importante envolver a sua família e redes de apoio, os centros de saúde e sociais, a comunidade em que a pessoa idosa vive e os órgãos de gestão, para promover um ambiente mais amigável às pessoas idosas. (Ribeiro & Paúl, 2018, p. 7).

É importante ainda lembrar que todo este processo deve ser feito com a pessoa idosa, para que esta perceba o verdadeiro significado do envelhecimento ativo, e desmistificar que só se pode integrar neste estilo de vida, se se realmente fizer no sentido literal exercício físico, o que é uma falácia, visto que o envelhecimento ativo pode passar por pelo menos uma atividade de convívio no meio familiar estimulando o indivíduo (Gonçalves, 2015). Assim, o envelhecimento ativo encontra-se como oportunidade de investigar e desenvolver as melhores formas para que se alcance uma qualidade de vida do idoso, na “procura que estes beneficiem desta fase da vida e mostrar que esta pode ser uma fase tão ou mais feliz como foi a da infância ou a da juventude; é preciso é ser aproveitada da melhor forma.” (Sousa, 2016, p. 34)

1.2 RESPOSTAS DE APOIO SOCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

De forma a contextualizar as respostas de apoio social direcionadas para a população idosa, é pertinente olhar, ainda que brevemente, para a política social. Neste sentido, o uso do termo começou a ser mencionado nos meados do século XIX, sendo que por volta do final desse mesmo século foi quando a ideia começou a entrar nos discursos de alguns políticos que tinham na sua base reformas. Inicia, assim, objetivos que visam combater e solucionar questões sociais, usando instrumentos, meios, ferramentas e estratégias no âmbito de alcançar o bem-estar social. Dos vários modelos de políticas sociais que foram surgindo ao longo dos tempos, o modelo redistributivo foi o que se adotou em Portugal, tendo como fundo o princípio da necessidade, que passa pelo desenvolvimento de políticas sociais, que se traduzem em serviços de cariz universal, de forma a que toda a população tenha acesso, regendo-se pela promoção de ideais de índole de responsabilidade social, do altruísmo e tolerância, e da solidariedade social (Maia, 1985).

No sentido em que é importante falar das políticas sociais, do mesmo modo, é lógico falar dos direitos sociais. Estes direitos têm na sua base os princípios da solidariedade e da igualdade, onde todos os cidadãos, desde os mais vulneráveis, aos pobres e aos trabalhadores tem direito à proteção social (Rodrigues, 2010).

O primeiro direito inscrito na “Constituição Social” é precisamente o direito à segurança social. O direito constitucional à segurança social, tal como definido no artigo 63º, é um direito positivo típico, que impõe ao Estado uma obrigação de fazer – a obrigação de organizar um sistema público, universal, integral e unificado, de modo a satisfazer as necessidades dos cidadãos face a situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou de capacidade para o trabalho (CGTP Intersindical Nacional, 2011, p. 2).

A segurança social, para além de assegurar estes direitos, abrange também outro tipo de apoios sociais e programas para assegurar a proteção dos cidadãos em situações mais vulneráveis, incidindo-se nos setores das crianças e jovens, da deficiência, dos idosos, da família e comunidade e da exclusão social. Tendo todos eles respostas adaptadas e

munidas dos meios necessários para auxiliar os cidadãos (Segurança Social, 2023). Assim, os apoios sociais direcionados para o idoso, entendem-se como um leque de respostas de auxílio social para a população idosa que tem como metas fomentar a promoção da saúde, da autonomia e da inclusão social.

Desta forma, as políticas sociais para a população idosa podem apresentar-se como respostas sociais, prestações financeiras, subsídios e complementos, pensões, produtos, serviços e outros programas e medidas existentes. Portanto quando falamos em respostas sociais podemos destacar o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD); o Centro de Convívio; o Centro de dia (CD); o Centro de noite; Acolhimento Familiar; Estruturas Residenciais e o Centro de Férias e Lazer. Em relação às prestações há uma ampla lista, podendo-se destacar alguns exemplos, ou seja, na dependência existe o complemento por dependência; na invalidez temos a pensão de invalidez e a pensão social de invalidez; dentro da reforma podemos exemplificar com a pensão de velhice e o complemento solidário para idosos; na morte, temos, por exemplo, a pensão de viuvez e a pensão de sobrevivência (Carvalho & Almeida, 2014).

1.2.1 SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

No âmbito do presente relatório de investigação e tendo sido o projeto deste focalizado na população alvo que usufrui do Serviço de Apoio Domiciliário, apresenta-se como pertinente o entendimento mais detalhado do que consiste, portanto, esta resposta social. Segundo Marinho (2013), na última década observou-se uma apreciação pelas respostas sociais focalizadas no cuidado da pessoa idosa na sua zona de conforto e rotina, podendo-se ainda destacar que em Portugal no que diz respeito à ação social, esta disponibiliza um grupo de respostas sociais detentoras de reconhecimento oficial pela Segurança Social de forma a promover o seu correto funcionamento, dando privilégio ao apoio e cuidado do indivíduo no seu espaço domiciliar, até mesmo, quando este se encontra em situações de maior dependência. Assim, segundo a Direção-Geral da Segurança social, da Família e da Criança (DGSSFC), o SAD entende-se por:

Resposta social, desenvolvida a partir de um equipamento, que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados, no domicílio, a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro

impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das necessidades básicas e/ou as actividades da vida diária (DGSSFC, 2006, p. 27).

Os objetivos desta resposta social passam ainda pela promoção da qualidade de vida da pessoa que usufrua deste serviço assim como da sua família, uma vez que é feito a pensar na sua rede de suporte, com o intuito de promover a harmonização da vida familiar e profissional do agregado familiar. Esta harmonização permite o retardamento da institucionalização e a manutenção da pessoa idosa num ambiente que lhe é familiar e confortável, pois fomenta mecanismos capazes de incentivar o trabalho da autonomia, permite uma prestação de serviços adaptados e personalizados às necessidades da pessoa, acrescenta ainda um acesso de serviços provenientes da comunidade de uma forma mais ágil e fácil, o que amplifica as aptidões do cuidado de todos os cuidadores envolvidos (Segurança Social, 2023).

Neste sentido, e de um modo mais operativo, esta resposta social tem como principais linhas de ação: disponibilizar os cuidados e serviços todos os dias da semana, garantindo, sempre que necessário, o apoio aos sábados, domingos e feriados e presta pelo menos quatro dos seguintes cuidados e serviços:

- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados
- Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica
- Tratamento da roupa do uso pessoal do utente
- Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade

- Serviço de teleassistência. (Segurança Social, 2023)

Por último, é importante realçar que os serviços providenciados pelo SAD não se concentram apenas no idoso apesar deste ser, maioritariamente, o grupo etário mais proeminente: “nos dias de hoje há uma maior diversidade de medidas e respostas no sentido e facilitar o quotidiano dos idosos e dos seus familiares. Um vasto leque de serviços de âmbito comunitário e domiciliário” (Pardal, 2011). No entanto, pessoas com deficiência ou em situações de dependência, quer sejam temporárias ou permanentes, são também pertencentes a este grupo de destinatários (DGSSFC, 2006).

1.2.1.1 Cuidadores Formais e Informais

O cuidador formal da população idosa é aquele que possui competências e aprendizagens profissionais legalmente definidas. Este é qualificado na área dos serviços que presta aos clientes, pertencendo normalmente a uma organização ou instituição empregada de condições e serviços adequados à população idosa. É, portanto, um cuidador contratado pelo próprio utente ou familiar do mesmo. “diferenciam o cuidador formal do cuidador informal, caracterizando o primeiro como aquele que profissionalmente é detentor de um conteúdo funcional legalmente definido” (Brêtas & Yashitome, 2000) as cited in Correia, 2019)

O cuidador informal é aquele que se dedica à pessoa em circunstância vulnerável, detentora de alguma doença ou dependente por consequência da incapacidade de cuidar de si mesmo; normalmente é alguém da mesma família ou de certa forma pertencente ao seu círculo próximo. Salienta-se que frequentemente este cuidador encontra-se numa posição na qual não é possível conciliar as suas responsabilidades profissionais com o cuidar do outro, levando a que apenas se foque no indivíduo que depende do seu cuidado (Santos, 2020).

Nas últimas décadas os Serviços de saúde têm tentado corresponsabilizar as famílias, ou cuidadores informais, na prestação dos cuidados aos doentes crónicos, fazendo sobressair a importância da relação que se estabelece com os mesmos, de os dotar de ferramentas (informação, supervisão) e de competências para assegurar a continuidade dos cuidados no domicílio (Saraiva, 2011, p. 11).

Na rede de suporte informal, podemos entender uma união de dois grupos, um composto pelo conjunto de indivíduos próximos da pessoa e outro formado por grupos sociais. No primeiro conjunto temos o exemplo da família, dos vizinhos e amigos, já no segundo falase em associações, igrejas, clubes, entre outros meios de convívio. Ambos os conjuntos podem proporcionar auxílio no que diz respeito a atividades do dia-a-dia, em solução a ocorrências da vida. Por outro lado, na rede de suporte formal, encontramos as organizações sociais formais e os profissionais que as englobam. No que toca às organizações sociais formais, existem, por exemplo, os hospitais, as instituições, serviços e programas do governo. Em relação aos profissionais é o caso dos assistentes sociais, psicólogos, médicos, colaboradores de instituições, entre outros profissionais competentes (Mesquita, 2011).

Por conseguinte, quando falamos em cuidadores formais e informais não podemos discordar que os trabalhos em união destes dois polos de suporte assumem mais valias e vantagens extraordinárias para a pessoa, neste caso o idoso. O trabalho em equipa, quando realizado de forma organizada e adaptada, pode transformar positivamente a vida de quem é cuidado, assim como, dos cuidadores, distribuindo papéis capazes de preencher necessidades específicas que, de outra forma, poderiam ser esquecidas por falta de conhecimento ou aptidões (Saraiva, 2011). Com efeito, e tal como defende Ferreira (2017),

Uma relação de confiança, proximidade e colaboração traz benefícios para todas as partes, refletindo-se na qualidade da prestação de cuidados. Se por um lado, as queixas e desconfiança dos familiares diminui, por outro há mais conhecimento acerca da pessoa idosa, continuidade dos cuidados e objetivos de intervenção, divisão de tarefas e alívio da sobrecarga do cuidador familiar (p. 27).

Compreende-se, portanto, os benefícios provenientes do trabalho articulado de ambos os tipos de cuidadores, especialmente em contexto de SAD, âmbito em que se revela uma mais-valia para o idoso dispor não só do apoio, do cuidado e da estimulação dos seus familiares, mas também de profissionais dentro da área, o que não inclui apenas cuidado médico, mas também intervenção a nível da animação, entretenimento e estimulação das suas capacidades (Figueiredo et al., 2021).

1.2.1.2 Animação ao domicílio

Seguindo o estudo de Viegas (2016), consegue-se conhecer os motivos que levaram ao surgimento e à emergência da animação, nos anos 50 e 60 do século passado. Na realidade, a animação sociocultural surgiu como forma estruturada de dar resposta à crise da identidade urbana que se sentia na altura, assim como, a lacunas ao nível sociocultural consequentes do elevado crescimento da população, mais especificamente, a grupos caracterizados pela falta de acesso cultural.

Quando se fala em animação sociocultural, especialmente voltada para a população idosa, as respostas sociais que provavelmente mais se destacam são os centros de dia, centros de convívio, estruturas residenciais e centros de férias e lazer, devido às suas características que proporcionam uma maior facilidade em desenvolver estratégias de intervenção mais voltadas para o estímulo do indivíduo, nas mais variadas áreas. No entanto, é importante olhar de igual forma para o SAD como uma resposta social capaz de providenciar experiências positivas e estimulantes apoiadas na animação. Com efeito, o SAD pode ser um contexto extremamente profícuo na articulação com a animação sociocultural uma vez que possibilita uma abordagem com um foco mais personalizado em torno do idoso, podendo até transmitir uma maior confiança e ser um fator motivante para que este consiga sair da sua zona de conforto e experimente atividades de animação que noutro contexto não seria possível (Valente, 2010). Tal como explica Correia (2010), “pelas suas características, a animação sociocultural pode ampliar diversas vertentes do desenvolvimento do indivíduo. Desta forma desenvolveram-se várias actividades-tipo que envolvem o idoso: social; cultural; intelectual/formativa; lúdico-recreativa.” (p. 3).

Muitas vezes a animação ao domicílio, por falta de informação e conhecimento não só do próprio utente, mas de igual modo da sua família e eventuais cuidadores informais, passa despercebida; neste sentido, é importante haver uma partilha de informação e incentivo ao desenvolvimento de atividades artísticas, pois a animação pode produzir benefícios, não só na promoção de um envelhecimento ativo, mas como contributo para a diminuição da solidão dos clientes de SAD.

Não é fácil cativar os idosos para determinadas atividades, em especial para as de animação sociocultural, uma vez que muitos nem sabem do que se trata e durante

a sua vida nunca tiveram contato com a realidade da animação, uma vez que os seus dias eram passados a trabalhar no campo (Anica et al., 2014, p. 123).

Nesta linha de pensamento, percebe-se que é fundamental para qualquer tipo de intervenção ter em conta a individualidade dos sujeitos e no que concerne à animação ao domicílio este pensamento não se mostra diferente: “há uma vertente a não esquecer: a animação realizada ao domicílio ou no domicílio. A animação ao domicílio é uma ação delicada e que requer muita atenção” (Martins, 2018, p. 28). Os gostos e as preferências do cliente devem ser levados em consideração, tal como o seu trajeto de vida; além disso, deve-se procurar elucidar, sempre que possível, a pessoa idosa relativamente ao que se propõe fazer de forma a que os benefícios da animação se façam, efetivamente, sentir e que criem na pessoa um sentimento positivo, acrescido de experiências propulsoras de um envelhecimento mais saudável e ativo, desmistificando medos e incertezas.

1.3 INTERVENÇÃO E ANIMAÇÃO ARTÍSTICAS

De acordo com Sousa (2020), quando falamos de arte e de emoções, inevitavelmente falamos de sentimentos, experiências, olhares e pensamentos, traduzindo-se em algo que nos pertence e encontra-se intrínseco no nosso ser, assim como, faz parte do nosso trajeto de vida, de uma forma ou de outra. Sendo assim, através da arte é possível vivenciar e processar as nossas emoções num formato distinto daquele a que estamos habituados no dia-a-dia, uma vez que a arte é algo que é partilhado, mas que também alicerça consigo um prisma individual, tendo em conta as possibilidades infinitas de perspetivas de cada um: “o recurso às Expressões Artísticas na intervenção com diversos destinatários assume uma crescente aplicabilidade, contribuindo para que os indivíduos adquiram competências, a nível da criatividade, desenvolvimento pessoal e interação social.” (Vieira, 2016)

No entendimento de Leitão e Lopes (2013), é possível observar resultados realmente benéficos quando se utiliza a animação artística como ferramenta interventiva, especialmente quando esta é aplicada num período contínuo. Com efeito, e ainda segundo as mesmas autoras, a utilização prolongada das linguagens artísticas enquanto estratégia

de intervenção é capaz de transformar visões, incitar mentalidades, estimular o abraçar da diversidade, não descartando os pensamentos e ideias antigas, mas ampliar horizontes de conhecimento a nível individual e coletivo, assim é possível também descobrir projetos de interação e criação.

Além disso, a animação artística atua tendo por base o pluralismo cultural e a autonomia dos destinatários, capacitando os sujeitos para a análise, a organização, a criação e a expressão criativa, numa lógica de promoção de valores e de desenvolvimento dos indivíduos e das comunidades (Sousa et al. 2021, p. 33).

A intervenção e animação artísticas apresentam-se, desta forma, como uma possibilidade de desenvolvimento de todos os públicos-alvo, quer sejam eles crianças, jovens, adultos ou idosos uma vez que, como já foi referido, se alicerçam naquilo que a arte pode significar nas nossas vidas, tornando-se um fio condutor para encorajar e estimular os nossos sentidos, até mesmo regular emoções nas quais o indivíduo poderá não conseguir descodificar por si só. A animação ganha lugar e possibilita a estimulação de momentos capazes de produzir autoconhecimento, reflexão e bem-estar físico e psicológico (Simões, 2010).

Em jeito de síntese, podemos observar que “as artes possibilitam a (re)construção de mecanismos de desenvolvimento dos indivíduos e das comunidades pois aumentam a consciencialização dos problemas e a procura de diferentes modos de os solucionar.” (Sousa, 2020, p. 6), o que amplifica a importância da utilização deste tipo de intervenção na sociedade, tendo em conta os benefícios que a mesma pode desencadear individualmente e ao mesmo tempo enquanto grupo.

1.3.1 A IMPORTÂNCIA DA ANIMAÇÃO ARTÍSTICA PARA O BEM-ESTAR DA POPULAÇÃO IDOSA

De forma a seguir a linha de pensamento construída no ponto anterior, e tendo já um breve entendimento da animação artística como propulsora do bem-estar, agora pretende-se focar na relevância desta na vida da pessoa idosa, mais especificamente, como pode ser um instrumento privilegiado no combate ao isolamento e à solidão, enquanto pode e deve estimular o envelhecimento ativo. Na análise de Fontes (2015), o papel das artes no

que diz respeito à intervenção em animação conduzem a um caminho onde é possível fomentar um leque de aptidões na pessoa idosa. Estes resultados podem ser encontrados através da estimulação da criatividade, na exploração de ideias, gostos e desenvolvimento da comunicação, produzindo uma noção de redescobrimto não só de si próprio, mas no sentido de vida e propósito da existência. Assim, abre-se espaço para uma reformulação ou solidificação de objetivos capazes de gerar felicidade e entendimento, onde a fase da vida na qual este se encontra não é sinónimo de estagnação individual ou social.

Como observado anteriormente, as instituições direcionadas para a população idosa são identificadas como o principal contacto do idoso com a animação, portanto entende-se que estas estejam aptas a disponibilizar experiências capazes de fortalecer a forma como a pessoa idosa encara o seu propósito e as suas capacidades. No entanto, e tal como explica Correia (2013) “muitas vezes, estes espaços dedicam-se sobretudo a tratar das necessidades básicas dos idosos, não os incentivando a procurarem novas formas de intervenção na comunidade ou na sua vida pessoal” (p. 35). Em contrapartida, sente-se que existe, de facto, o esforço do entender progressivo, que recai na importância da participação do cliente nestas dinâmicas que promovem a independência e a produtividade, no entanto a animação artística em específico ainda aparenta usufruir de pouca valorização nestes contextos (Sousa et al., 2021).

Não obstante, na procura de alcançar o bem-estar na terceira idade, podemos:

recorrer à animação para desenvolver uma maior coesão e relações a nível grupal, é de salientar o impacto dos vínculos no modelo de um envelhecimento saudável e ativo. Estes interferem com a motivação e a confiança que o idoso tem em si próprio, sendo indispensável trabalhar na direção de um ajustamento das suas relações sociais, no convite a novos relacionamentos, na conjugação da esfera de socialização com os domínios psíquico e biológicos (Viegas, 2016, p. 25).

Na visão de Jacob (2012), existiu uma evolução da prática da animação uma vez que, inicialmente, esta não era composta pelos objetivos e ideais que a caracterizam nos tempos atuais, em rigor, encontrava-se num caminho voltado para uma abordagem ocupacional com um esqueleto não tão rigoroso a nível de metas concretas, focando-se essencialmente

em atividades do foro manual e bricolagem, que por sua vez eram trazidas como solução para combater a monotonia e inatividade que os clientes sentissem. Na realidade atual, a animação é apresentada como uma fonte capaz de fomentar a qualidade de vida do idoso e proporcionar-lhe mais experiências significativas.

Apesar da animação ter a capacidade de enriquecer todos os grupos etários, desde os mais novos aos mais velhos, e muitas das mesmas atividades que se desenvolvem neste âmbito terem o potencial para se adaptarem a cada indivíduo, manifesta-se a preocupação de elaborar atividades que realmente façam sentido para os indivíduos na terceira idade. É importante não infantilizar as atividades, de modo a não perder o interesse do utente; este deve-se sentir valorizado e não satirizado, mas, acima de tudo, a animação só faz sentido quando é desenvolvida corretamente, para que o idoso se sinta confortável e que as suas aptidões sejam valorizadas, proporcionando-lhes também desafios saudáveis, incitando um ambiente ativo (Martins C. S., 2018).

As atividades não devem ser utilizadas como um recurso que apenas mantenha a pessoa mais velha ocupada, portanto devemos ter em conta que é:

Importante introduzir nos programas de intervenção com idosos esta sensibilidade para o ócio, pois que o desfrutar do ócio é um recurso fundamental para a vivência de experiências positivas, ótimas, que favorecem estados afectivos positivos, que levam por sua vez à melhoria das habilidades sociais, treino das funções cognitivas e funcionais e estas são as bases para que a pessoa seja autónoma no treino e desenvolvimento das suas faculdades físicas e psíquicas (Jacob, 2012, pp. 24-25).

Em síntese, ao se entender a animação no prisma das práticas artísticas, fomenta-se um resultado protetor, pois não só temos a oportunidade de estimular a pessoa idosa e capacitá-la das mais variadas formas, quer sejam elas do foro psicológico, motor, social e individual, como se disponibiliza mais valias relacionadas com o combate ao isolamento da terceira idade, amplificando o bem-estar, que consequentemente, contribui para a sua qualidade de vida (Sousa, 2021). Acrescenta-se ainda o pensamento de (Pereira et al., 2008) que explicam,

os processos de animação sociocultural, alimentados pelas diferentes intervenções socioeducativas (formais, não formais ou informais) com uma oferta de programas variados e em diferentes contextos (centros de dia, residências, instituições formativas específicas como as Aulas/Universidades, etc.), supõem um apoio importante que pode servir de instrumento à oportunidade global de assegurar às pessoas de idade viver mais anos, com saúde e participando activamente na sociedade (p. 217)

1.4 FOTOGRAFIA

Ao longo da história da humanidade foi possível acompanhar a evolução do ser humano como ser individual e social, assim como a sociedade se foi construindo e reconstruindo num processo de desenvolvimento constante apoiado na ambição social, económica e tecnológica. Com ênfase no período da Revolução Industrial, o progresso das ciências apresentou-se com grande destaque, observando-se conseqüentemente mudanças aos níveis económico, social e cultural, dando origem a uma série de descobertas e criações decisivas para os dias de hoje. É neste contexto que a fotografia se apresenta como uma dessas criações, tornando-se numa fonte de possibilidades inovadoras portadora de informação e saberes, não só como uma marcante ferramenta de suporte à pesquisa ligada aos polos da ciência, mas também como forma de expressão artística (Kossoy, 2001).

De acordo com Wright (1999), a fotografia possibilitou mais uma forma de ver o mundo: através dela a possibilidade de capturar e preservar momentos, o ambiente e a história que se sucede alargou as suas capacidades que dizem respeito ao tempo e espaço, tendo através dela um realismo diferente em relação à pintura, sendo possível observar pelo olho humano o amplo e o minucioso. Também através da fotografia, juntamente com outros meios, nos aproximámos de locais mais longínquos do nosso mundo, conheceu-se o sistema solar com outros olhos, assim como também se proporcionou concessões das complexidades sociais e crises da vida moderna. Decerto a fotografia, enquanto linguagem visual, caracteriza-se como um dos tradutores mais importantes e influentes capazes de interpretar a condição humana.

Se quisermos também olhar para a percepção literal da palavra “fotografia” podemos encontrar um sentido bastante direto e claro do seu significado. Na sua origem etimológica a palavra, vinda do grego, divide-se em dois termos, “phos” que significa luz e “graphè” que se traduz em desenho/escrita, neste sentido podemos dizer que a fotografia se entende por “desenhar ou escrever com luz”. Na ótica de Bull (2009) esta definição literal da palavra, quase que pode resumir a identidade da fotografia, podendo dissecar a expressão ao olharmos para a luz como sendo algo que ocorre naturalmente, a fotografia é criada pelas ações e práticas humanas, ou seja algo natural escrito ou desenhado pelo indivíduo. O ser humano descobriu deste modo uma nova forma de congelar momentos no tempo e no espaço, sem ter de recorrer única e exclusivamente às pinturas antigas feitas de forma realista para conseguir a captação de uma imagem. “A fotografia captura, registra, relata e faz pensar acerca de seu contexto verbal e visual. Ela é a tradução de um olhar. Tanto de quem a produz, quanto do seu espectador” (Fraga & Zingano, 2015, p. 67). Esta pode ser vista como uma ponte entre o indivíduo e o meio que o rodeia, sendo que esta ligação se ramifica em significados, acontecimentos, emoções e perspectivas, o que passa por ser uma nota de algo que existiu e se tornou registo do autor, transferindo a sua essência de saber e sentimento (Lopes, 2019). Assim, conseguimos ter uma noção de como a fotografia se pode traduzir numa expressão de emoções, olhar através do ponto de vista de quem faz a captação de um ou vários momentos, mostrando a sua sensibilidade por detrás da câmara.

Sob esta premissa, poder-se-á fazer uma distinção sobre a forma como utilizamos a palavra “fotografia” pois:

Podemos utilizar o termo “fotografia” de diferentes maneiras, ora designando a técnica de representação, ora a imagem que essa técnica produz, ou ainda considerando seu estatuto de objeto teórico, pois, por vezes, nem mesmo na literatura especializada a diferença entre “fotografia” e “fotográfico” se apresenta com clareza (Anjos & Ferreira, 2020, p. 860).

O uso da imagem, mais concretamente da fotografia, como instrumento de anotação de pormenores de uma demarcada situação por vários profissionais e investigadores não é propriamente recente. Neste sentido, o seu uso pode ser feito sob o prisma das

investigações científicas, na realização de trabalhos e em contexto de estudos académicos (Ulhôa et al., 2021). No parecer de Manini (2008), a fotografia pode ser utilizada para vários fins, no qual indica o uso comercial onde a imagem fotográfica é de algum modo comercializada; o uso de exposição ou publicação onde tal como o nome indica, existe a apresentação ou publicação da mesma; no uso probatório a fotografia encontra-se como prova ou evidência de algo, seja ele um evento, acontecimento ou situação; didático/científico quando se expõem a fotografia em contextos de palestras, aulas e apresentações; no prisma pessoa/familiar quando as pessoas beneficiam desta para uso pessoal e elaboração de, por exemplo, álbuns de família. Por último a autora ainda menciona a fotografia documentária, na qual pode ser interpretada como documentação de algo que ocorreu, quer seja a nível histórico ou em circunstância de eventos.

A descoberta da fotografia propiciaria, de outra parte, a inusitada possibilidade de autoconhecimento e recordação, de criação artística (e portanto de ampliação dos horizontes da arte), de documentação e denúncia graças a sua natureza testemunhal (melhor dizendo, sua condição técnica de registro preciso do aparente e das aparências) (Kossoy, 2001, p. 27).

Neste parecer, a fotografia é vista e utilizada das mais variadas formas, trouxe consigo a novidade, o conhecimento, a partilha, provocou uma forma de comunicação e interpretação que outrora não era tão acessível e vivenciada, destacando-se o uso da Kodak Camera, produzida pela Eastman company. É de notar que em contraste com o passado, nos dias de hoje, com a evolução da tecnologia, cada vez mais se torna em algo acessível a todos, tanto a nível técnico como na sua conceção estética. Podemos também afirmar que não é necessário seguir propriamente um conjunto de regras para se tirar proveito da fotografia: “Ela não precisa ser necessariamente concreta. Pode ser abstrata. Pode ser somente uma ideia. A relação entre o autor e o espectador se dará de acordo com a experiência e a concepção de cada um” (Fraga & Zingano, 2015, p. 70).

O mundo para o homem é observado e interpretado através da sua visão, e é a partir desta que faz as suas interpretações e conclusões, é a forma como recebe a realidade que o rodeia e influência (Silva I. d., 2014). Portanto a fotografia pode ser vista como se fossem os seus segundos olhos capazes de imortalizar momentos e visões.

1.4.1 FOTOGRAFIA COMO LINGUAGEM

Ao longo da história da humanidade é notória a forma como o ser humano se encontra numa constante procura de diversos modos de se expressar e comunicar. As linguagens atravessam ainda hoje processos de criação e reestruturação, sendo que existe uma ligação clara entre elas e a forma como vivemos, o que nos rodeia e como interagimos com a nossa realidade interfere diretamente com a nossa linguagem. “Quando o indivíduo modifica a sua realidade, no caso das artes ao produzir uma obra, lhe atribuindo significados e conceitos, produz sentidos e reconstrói/modifica a linguagem aprendida por ele ao longo de sua vida, criando e socializando novas linguagens” (Araújo & Oliveira, 2013, p. 4).

A forma como nos comunicamos não implica obrigatoriamente a utilização de vocábulos e por consequência normas gramaticais, passa de certo modo pela instrumentalização da mesma, do modo como a podemos usar, quando e como utilizar as nossas linguagens. “Isto significa desenvolver capacidades extralinguísticas inter-relacionadas, que são sociais” (Vieira R. , 2011, p. 110).

Quando falamos de fotografia, esta pode ser caracterizada por ser uma linguagem visual na qual existem similaridades com a linguagem verbal, pois são ambas munidas de capacidades comunicativas e compostas por algum tipo de estrutura. Segundo (Moran & Tegano, 2005) existem alguns professores que não tratam a fotografia como uma linguagem, sendo que na sua visão a fotografia é uma verdade absoluta que não requer entendimento ou interpretação. No entanto, as autoras apelam à mudança deste pensamento: “Instead, photographs hold the same subjective, interpretive potential as words when teachers "read" photographs from an interpretive view, where photographs are imbued with meaning.” (Moran & Tegano, p. 2).

Na análise feita por Sekula (1982), muitos olham para a fotografia como aquela que leva consigo uma ou mais mensagens. Neste sentido, para muitos isso pode implicar que a fotografia, por si só, pode ser entendida como incompleta, por ser é uma mensagem que depende de interpretação e por vezes algum tipo de contexto para que se consiga ler a mesma. Nesta abordagem o autor explica ainda que quando menciona a contextualização das fotografias, refere-se à capacidade do indivíduo conseguir fazer a ponte entre o que está a observar e o mundo que o rodeia, construir uma ligação do que conhece, dos

símbolos da sua realidade e como esses se podem apresentar na fotografia. Explica assim que através dessa percepção pode-se dar origem à literacia fotográfica. Noutra aspeto, na ótica de Martins (2013), a consideração da fotografia como um tipo de linguagem universal não é um pensamento inadequado, visto que se observarmos uma imagem e a identificarmos como sendo uma mensagem visual, que por sua vez é portadora de diversos signos. Por outro lado, Joly (1994) explica que apesar de existirem situações em que as representações de algo que possa ser ligado a experiências vivenciadas por todos os seres humanos, isso não é sinonimo que a análise ou interpretação de uma imagem seja universal. Pode passar antes, por uma aprendizagem ou de uma ferramenta capaz de ser utilizada como forma de expressão e comunicação, tornando-se de fácil identificação a todos:

Dentro das diversas linguagens artísticas, e especialmente na era digital, a fotografia possui, porém, uma acessibilidade extremamente facilitadora, tanto pela sua disseminação como pela sua versatilidade técnica. Fotografar é hoje comum a qualquer mortal; fruto desta familiaridade, fazer fotografia acabou por se tornar um hábito, um ato banal e quotidiano, menos ameaçador a muitos de nós em comparação com outros empreendimentos criativos, apesar de se manter conciliadora com todas essas outras Artes (Chaves, 2021, p. 115).

Ao interpretarmos estas análises que se dobram sobre o entendimento da fotografia como linguagem, compreende-se que a fotografia, assim como as palavras faladas, encontram-se numa dinâmica de representação de signos capazes de produzir significados e apelar à comunicação (Moran & Tegano, 2005). Ambas necessitam de algum tipo de literacia para que se possam produzir interpretações, sendo assim também é preciso ter em conta a realidade de cada um, a cultura, e a sociedade que nos envolve, pois, todos esses fatores são pormenores influenciadores dos nossos entendimentos em relação a todo o tipo de linguagens, quer sejam elas verbais, não verbais, ligadas à música, ao teatro à dança ou ao visual, neste caso à fotografia.

Com o desenvolvimento da fotografia ao longo dos anos, da forma como esta surgiu e para que a mesma servia, surgiram novos modos de a utilizar. Neste sentido, esta passou por não ser apenas uma realidade apresentada, mas também, conseqüentemente, como

linguagem e mensageira. Ao mesmo tempo é relevante ter em conta a realidade, a câmara, a fotografia ou imagem e quem capta esse produto proveniente da fotografia (Júnior & Gomes, 2013). Assim, neste campo “Tomada como representação - e conseqüentemente como um tipo de linguagem –, a imagem colabora (constitutivamente) na relação dos sujeitos com o mundo” (Tavares, 2006, p. 144).

1.4.1.1 Fotografia Analógica

No sentido de contextualizar e desvendar um pouco do que foi desenvolvido ao longo do projeto inserido neste relatório, nota-se importante abordar brevemente um pouco sobre a fotografia analógica. Neste sentido e no seguimento de um tópico já abordado ao longo deste capítulo, sabemos que a fotografia teve a sua grande irrupção em meados do século XIX, no entanto, a produção de imagem já era conhecida anteriormente a este período com a ajuda das “câmaras escuras” conhecidas pela utilização de pintores, ilustradores, desenhistas e artistas para a captação do mundo, dos indivíduos e da natureza.

A “câmara escura” consiste na existência de um local escuro, ou até mesmo uma caixa, detentora de uma pequena abertura num dos lados, através da luz que, por sua vez, é refletida de um objeto localizado no exterior, ingressa por essa abertura e passa pelo espaço, projetando na face interna que se encontra do lado oposto, dando origem assim à imagem do dito objeto (Wright, 1999). Posteriormente no período da revolução Industrial, emerge-se como inovação então a dita fotografia. Esta surge como produto da combinação de procedimentos ligados à química e à física, ou seja:

A luz que passa pela lente atinge o negativo fotográfico e provoca uma sensibilização dos sais de prata ali aplicados, registando assim uma imagem à semelhança do objeto fotografado. Este processo de registro de imagens é o que chamamos de fotografia analógica (Burmester, 2006, p. 5).

De acordo com Oliveira (2006), não tirando o sucesso que a inovação e acessibilidade que o digital nos traz, o analógico encontra-se sempre de uma forma ou de outra ligada ao passado, ao presente e também ao futuro. “Apesar de a atitude perante a objetiva ter traços em comum desde o século inaugural do medium, recentemente este sofreu significativas alterações. A fotografia foi tida como uma impressão direta da realidade,

uma sombra de algo que ocorreu através de reações físicas e químicas, mas o *digital turn* trouxe consigo novos paradigmas. Esta possível quebra de transferência da realidade, relaciona-se com o processo de formação da imagem, feito agora através de sensores digitais” (Silva, 2019, p. 13). Do ponto de vista de Hall (2020), tem existido um renascimento do analógico ligado à fotografia, em contraste com o pensamento de que este movimento se pode observar como “andar para trás”. Noutras perspetivas, estudiosos entendem-no como um movimento progressivo no sentido em que se pode unir ambas as tecnologias, “Índo contra o movimento da produção acelerada de imagens, a característica do analógico nos leva ao retrocesso histórico, na busca pela riqueza da matéria e do valor único da imagem” (Medeiros & Alencastro, 2018, p. 4).

Ligado a este tipo de fotografia podemos também associá-la ao sentimento de nostalgia, especialmente para as pessoas mais velhas: “É na velhice que as imagens dos registros fotográficos, normalmente arquivadas em álbuns de fotografia, se tornam particularmente importantes como meio de ação no tempo por facilitar a ressignificação do passado e prospecção do futuro” (Justo & Justo, 2012, p. 102). Neste sentido ao redescobrimos a fotografia analógica com a pessoa idosa, podemos encontrar formas de cativar a atenção desta, trazendo-lhe algo que lhe possa ser familiar e ao mesmo tempo proporcionando momentos de exploração artística e novas formas de olhar e refletir sobre a fotografia, até mesmo fazer emergir uma nova visão sobre as mesmas fotografias outrora vistas e capturadas.

1.4.2.2 Fotografia de Arquivo

Ao pensarmos na fotografia e no seu múltiplo universo de utilidades, competências e propósitos, surge-se neste ponto a exploração desta enquanto arquivo. Quando falamos de fotografia de arquivo, esta expressão pode remeter-nos para alguns contextos diferentes, ou seja, à utilização da fotografia para documentação a nível histórico, institucional, dos media ou pessoal (Diego, 2020).

Segundo Lacerda (2012) a fotografia pode apresentar-se como um modo de registo portador de informação e capacidade de expressar momentos da nossa história que outras formas de documentação não o conseguem, apresentando-se como uma linguagem visual: “Imagens como documentos de arquivo são aquelas que, além de veicular conteúdos os

mais diversos, são antes e sobretudo produto das ações e transações de ordem burocrática e/ou sociocultural responsáveis pela sua produção” (p. 285).

Para outro autor, este entende que:

A fotografia de arquivo, inserida em seu contexto funcional e original de produção, deverá e poderá se relacionar com documentos diversos – textuais, eletrônicos, impressos, etc. - que foram também produzidos para/por determinada função. A fotografia não será e não deve ser reduzida a apenas um registro visual, mas diretamente relacionada com toda essa produção (Madio, 2012, p. 62).

Particularmente focalizada no que diz respeito à esfera pessoal e familiar, a fotografia enquanto arquivo passa pela eternização de momentos, memórias e vivências, “A par da imagem e da fotografia utilizadas para contar acontecimentos ou rememorar épocas, encontram-se as palavras” (Diego, 2020, p. 13).

Inclusivamente para o idoso, podemos pensar na fotografia como uma máquina do tempo capaz de trazer para o seu presente lembranças que de outra forma poderiam ficar adormecidas. É um arquivo das nossas vidas, apto a invocar sentimentos e projetar na nossa mente circunstâncias significativas que ocorreram durante a captura daquela ou outra fotografia (Justo & Justo, 2012).

Neste sentido, através da fotografia somos capazes de registrar visualmente momentos no tempo e no espaço, guardá-los fisicamente de forma a revisitá-los sozinhos ou acompanhados e partilhá-los com outros, redescobrir o que foi e o que ainda pode vir a ser.

Decerto não podemos fotografar o futuro, no entanto, revisitar estes arquivos pode florescer no indivíduo a vontade de criar ainda mais momentos, vivenciar novas experiências capazes de proporcionar emoções e sentimentos condutores de sentido para as nossas vidas. “A fotografia entendida como documento é quase sempre vinculada à memória, uma memória visual que retrata, ressignifica e recontextualiza a ação social do olhar” (Silva, 2011, p. 228).

1.4.2 FOTOGRAFIA PARTICIPATIVA

Numa procura constante de progresso no que diz respeito a ensaios sobre instrução mediática e cultural, do entendimento da leitura e interpretação visual, assim como a sua ligação aos métodos de educação conectados à fotografia, nota-se a sua crescente relevância no âmbito dos estudos e pesquisas científicas (Meirinho & Januário, 2018). Segundo Uhôa et al (2021) a utilização das imagens, em concreto das fotografias, ao longo das pesquisas e investigações, não se apresenta como sendo uma novidade ou que tenha surgido há pouco tempo no que diz respeito a sua caracterização enquanto ferramenta, utilizada por diversos profissionais ligados a diferentes áreas, sejam elas investigações científicas ou em contextos menos formais.

No entendimento de Kowalski (2013), através da fotografia somos capazes de capturar o mundo que nos envolve, congelar tecnicamente aquilo que observamos e queremos preservar. Quando falamos de fotografia participativa podemos olhar para os seus traços de envolvimento do indivíduo com aquilo que o rodeia, seja o seu meio social, a sua família, ou a sua comunidade. Esta passa pelo trabalho de identificação de situações que carecem de atenção e reflexão, tendo em contas as suas necessidades e dilemas, de forma a procurar meios que possam atender a essas situações identificadas (Lopes, 2019). Compreende-se também que “A aplicabilidade de projetos de investigação social que utiliza a fotografia participativa expressa uma conexão legítima com o desenvolvimento de uma consciência crítica nos envolvidos” (Souza, 2013, p. 162).

Na análise feita por Loureiro (2020), a fotografia participativa apresenta-se como o meio por onde os participantes podem partilhar e refletir sobre as suas conceções do mundo, aquilo que os preocupa, os seus entendimentos sobre a realidade que os rodeia e o que pode ser feito para criar um movimento de melhoramento, tudo isto com atenção à abertura de um ambiente seguro sem que sejam feitos julgamentos ou críticas inadequadas para os contextos e situações. “O poderoso processo de aprendizagem, fundamentado nas perspetivas pessoais e aliado à ação social, resulta em visualidades possivelmente ainda não exploradas sobre o mundo no qual os participantes se encontram inseridos” (Meirinho, 2016, p. 107). Através da fotografia participativa pode-se resgatar pormenores e manifestar pensamentos daquilo que o participante sente e vivencia, sendo este o narrador da sua própria história, aquele que vive em primeira mão e sabe mais sobre a sua

condição, podendo, assim, “ter maior compreensão de suas realidades, tornando-os porta-vozes de suas próprias vidas” (Dávila, 2020, p. 272).

Tendo em consideração o material teórico que se tem vindo a abordar ao longo deste tema voltado para a fotografia, existe potencial para entender que, ao longo da evolução da fotografia, em simultâneo também se originou um desenvolvimento sobre os seus propósitos. Assim, quando falamos desta na sua esfera participativa, podemos observá-la como um termo amplo que abriga consigo o envolvimento dos indivíduos na captação, reflexão e experimentação com imagens, podendo abranger várias ramificações ligadas a projetos artísticos, dinâmicas sociais, objetivos documentais, criadas e adaptadas às intenções pretendidas por quem a utiliza e trabalha com a fotografia participativa.

A fotografia participativa caracteriza-se assim, como versátil e poderosa, um caminho de comunicação de problemáticas e que procura respostas e soluções (Daw, s.d). Para além dos benefícios descritos, pode-se dizer que a “A fotografia é uma ferramenta apelativa, relativamente fácil de usar, sendo por isso próxima do ser humano” (Chaves, 2016, p. 18). Acrescenta-se que a fotografia participativa pode, portanto, ser transformadora na vida das pessoas, apelando à promoção do bem-estar, da autoestima e da confiança, enquanto abraça a partilha de pensamentos, ideias e perceções.

1.4.2.1 FOTO-ELICITAÇÃO

De acordo com Bignante (2010) a foto-elicitação ou *Photo-elicitation* entende-se como uma técnica bastante conhecida e utilizada, tendo como base principal a utilização de uma ou mais fotografias como fio condutor para a realização de uma entrevista, onde são feitas perguntas aos participantes sobre as mesmas. É ainda “uma técnica baseada na análise e interpretação de imagens fotográficas. Esta técnica é realizada em sessões estruturadas, sendo estas dirigidas para um público em específico” (Pais, 2020, p. 34). Nesse âmbito, as fotografias podem ser produto da captação dos próprios envolvidos ou facultadas pelo investigador. Deste modo é criado um espaço motivador de diálogo e partilha entre o participante e o investigador, podendo evocar emoções e visões da realidade do indivíduo, assim como, daquilo que o mesmo fotografou se for esse o caso. Para Thomas (2009) o que é dito de forma verbal, assim como, o que é transmitido ou produzido através de um formato visual, neste caso, a fotografia, apresenta-se com igual peso de importância na foto-elicitação. Um não é sinónimo de descredibilização do outro, pelo contrário, podem

ser complementares e propulsores de melhor entendimento daquilo que se está a investigar. O autor exemplifica também que:

the researcher may sit with the research participant with the photos spread before them. Talking about each photo will bring new information and knowledge to their research relationship than might have been the case with no visual products. This is known as photo elicitation. (p. 5)

Na opinião de Harper (2002) a foto-elicitação explica-se a partir da ideia direta de colocar a fotografia numa entrevista. Sublinha também que a forma como as pessoas reagem a entrevistas que utilizam fotografias é diferente daquelas que não as utilizam, ou seja,

This has a physical basis: the parts of the brain that process visual information are evolutionarily older than the parts that process verbal information. Thus images evoke deeper elements of human consciousness than do words; exchanges based on words alone utilize less of the brain's capacity than do exchanges in which the brain is processing images as well as words. These may be some of the reasons the photo elicitation interview seems like not simply an interview process that elicits more information, but rather one that evokes a different kind of information. (p. 13)

Com o trabalho feito por Auken et al. (2010) os autores conseguiram chegar ao entendimento de que na foto-elicitação existem algumas grandes vantagens, destacando o fornecimento de estímulos concretos que as fotografias fornecem, tornando-se possível explorar de um modo eficiente o consumo implícito de representações, imagens e metáforas dos participantes; possibilita também a capacidade de produzir informações diferentes e mais ricas em comparação com outras técnicas. Os autores sublinham ainda o impacto que pode ter na diminuição das divergências de poder, classe e saberes entre os participantes e os investigadores.

Para Loeffler (2004) a foto-elicitação provou ser um instrumento bastante poderoso, onde se constrói um espaço de colaboração entre os envolvidos, no qual o investigador tem

acesso a significados profundos trazidos pelos participantes que utilizaram as fotografias para captar momentos intensos, repletos de sentimento, conexão e celebração. Rose (2016) reflete que através da fotografia é possível desencadear novas ideias e perspectivas que inicialmente não se tenha pensado. Consequentemente, essas novas visões têm o potencial de se revelar mais interessantes e importantes para o trabalho que se está a desenvolver, sendo que podem suscitar outros pensamentos e percepções que vão de encontro ao estudo. Meo (2010) refere que através de métodos visuais é possível empoderar as vozes e a participação das pessoas, não só no seu olhar sobre a sociedade, mas também das suas próprias imagens.

Sob estas premissas a foto-elicitação, poderá também revelar-se como instrumento mais apelativo para o público-alvo com o qual se trabalha, abrindo possibilidades e oportunidades para todos os envolvidos.

Sumariamente, podemos compreender a foto-elicitação como uma mais-valia num trabalho de intervenção, sendo que esta se encontra munida de recursos aliciantes e capazes de originar dados ricos para o investigador qualitativo. Por este caminho é possível envolver tanto ideias verbais como visuais, sendo uma união poderosa na expressão de pensamentos, ideias e diferentes pontos de vista relacionado com aquilo que se esta a trabalhar e a investigar. Caracteriza-se como uma técnica eficaz e de acessível implementação com os mais variados públicos-alvo tornando-se, por isso, inclusiva (Ulhoa et al., 2021).

CAPÍTULO II – METODOLOGIA

No seguimento do enquadramento teórico, onde foram apresentados os temas fundamentais para um melhor entendimento deste trabalho, introduz-se agora o presente capítulo que pretende contextualizar as diretrizes escolhidas para o desenvolvimento do mesmo. Assim sendo, e tendo em conta as metodologias existentes, compreende-se o uso da metodologia qualitativa em que melhor se enquadra o presente relatório de projeto. Segundo Bogdan e Biklen (2013), a metodologia qualitativa abrange várias estratégias de investigação que se assemelham em determinadas características. Deste modo, os dados recolhidos, neste tipo de metodologia, caracterizam-se por serem ricos em pormenores descritivos referentes a pessoas, conversas, sítios, sendo que o seu objetivo não passa pelo teste de hipóteses, mas sim, focar o conhecimento aprofundado com os indivíduos no seu meio, isto é, “privilegiam, essencialmente, a compreensão dos comportamentos a partir da perspetiva dos sujeitos da investigação.” (p. 16). Neste sentido, é possível caracterizar a metodologia qualitativa como aquela que procura perceber os fenómenos sociais através dos indivíduos, obtendo informações da realidade social.

Serrano (1998) argumenta que ao contrário da metodologia quantitativa, a abordagem qualitativa apresenta um trabalho de descrição e reconstrução dos fenómenos sociais, focando-se no entendimento da realidade. A autora explica assim que,

A investigação qualitativa segue um processo de investigação balístico, indutivo-ideográfico, procura compreender os fenómenos e situações que estuda. Parte dos problemas reais, do questionamento da prática. Utiliza a via indutiva para elaborar o conhecimento e tenta compreender como as pessoas experimentam, interpretam e reconstruem os significados intersubjectivos da sua cultura. Deste modo, obtém-se um conhecimento directo da realidade social. (p. 109)

Para Guerra (2006), na visão qualitativa entende-se que existe um entendimento por parte dos sujeitos perante os acontecimentos, e desta forma constroem-se estratégias no sentido de mover e criar recursos, tendo em conta esses entendimentos: “a pesquisa qualitativa é definida como aquela que privilegia a análise de microprocessos, através do estudo das

ações sociais individuais e grupais, realizando um exame intensivo dos dados, e caracterizada pela heterodoxia no momento da análise” (Martins, 2004, p. 289).

Em consideração, tendo em conta os objetivos e planeamento do projeto de intervenção em questão, mostra-se pertinente a utilização da investigação-ação sendo a que mais se enquadra nas características que o envolvem, não só pelo seu carácter interventivo, mas também pelo tipo de análise que é feita ao longo do corpo deste estudo.

2.1 TIPO DE ESTUDO (INVESTIGAÇÃO-AÇÃO)

Para o presente trabalho, optou-se pela investigação-ação como tipologia de estudo. Esta escolha reflete-se nas características que assistem a metodologia, entendendo a investigação-ação detentora de carácter apoiado no melhoramento da prática, traduzindo-se no aperfeiçoamento à medida que se vai agindo, ou seja, o seu objetivo base passa pela decisão e mudança onde se procura rever o que foi feito, identificar o que pode ser melhorado e consequentemente colocar essas melhorias em prática de acordo com as necessidades e características dos indivíduos com quem se trabalha. Serrano (1998), refere que,

A investigação-ação orienta-se para o aperfeiçoamento mediante a mudança e para a aprendizagem a partir das consequências das mudanças: é participativa; segue uma espiral de ciclos de planificação, acção, observação e reflexão; é um processo sistemático de aprendizagem orientado para a práxis; exige que esta se submeta a prova e permite dar uma justificação conclusiva do trabalho sociocultural, mediante uma argumentação desenvolvida, comprovada e criticamente examinada. (p. 111)

Para Dick (2002), a investigação-ação faz jus ao seu nome, no sentido em que procura resultados provenientes da ação, ou seja, mudança, como também da pesquisa que se traduz na compreensão. A partir da sua abordagem participativa promove e alcança a mudança, muitas vezes em parceria com outros processos da mesma essência. A investigação passa por um processo de procura de respostas e estratégias que consigam

atender às situações e necessidades, caracteriza-se por ser uma pesquisa constante sobre o que ainda pode ser melhorado. O autor explica ainda que a investigação-ação tem como base um ciclo que intercala a ação e a reflexão crítica, e que a ação e a investigação beneficiam-se reciprocamente.

Segundo Pérez Serrano (1994) citado por Serrano (1998), o ciclo que se encontra como base da investigação-ação passa pelas seguintes fases:

- “1) Diagnosticar ou descobrir uma preocupação temática «problema».
- 2) Construção do plano de ação.
- 3) Proposta prática do plano e observação da maneira como funciona.
- 4) Reflexão, interpretação e integração de resultados. Replanificação.” (p. 111)

Neste sentido, pode-se entender os objetivos específicos deste estudo como implementações destas fases, onde o primeiro e o segundo objetivo correspondem ao diagnóstico, o terceiro e o quarto à fase de ação/ intervenção, sendo que o quinto e o sexto representam a avaliação, ou seja a reflexão sobre o que foi colocado em ação.

Gomez (2011) explica que tanto a investigação-ação como a Animação Sociocultural, apresentam-se como caminhos para a mudança a nível social, procurando o melhor para as pessoas assim como para as comunidades, tendo em conta que um trabalho que é feito com e para a população-alvo é sempre portador de transformações e melhorias mais pormenorizadas e adaptadas às situações e aos meios sociais em que as pessoas ou comunidades se encontram. Serrano (1998) acrescenta ainda que,

Este tipo de investigação adquire uma grande importância no momento actual, dado que nos oferece uma via especialmente significativa para superar os binómios teoria-prática, animador-investigador. Esta investigação tenta tornar possível que a prática e a teoria encontrem um espaço de diálogo comum, para que o prático se transforme em investigador, pois ninguém melhor do que ele pode conhecer os problemas que precisam de solução. Este espaço comum de

confluência e de vinculação entre a teoria e a prática oferece múltiplas possibilidades no campo da animação sociocultural. (p. 112)

Nesta linha de pensamento, podemos entender a investigação-ação como aquela que aproxima a teoria da prática, o que num projeto de intervenção se traduz numa característica essencial. Incentiva a colaboração do entendimento e do agir “em vez de se colocarem na cómoda posição de entidades detentoras de um saber que se vai revelando artificial e envelhecido ao deixarem-se ultrapassar por outros saberes mais mundanos mas, quem sabe, mais reflectidos, mais concretos, mais significantes e mais próximos do homem novo” (Coutinho et al., 2009, p. 376). Por conseguinte, a reflexão das situações e melhoria das mesmas, abre portas a novos entendimentos que de outra forma não seriam tão fáceis de conseguir.

2.2 PROBLEMA DE INVESTIGAÇÃO E PERTINÊNCIA DO ESTUDO

Um dos grandes fatores que se pode entender como uma ameaça ao envelhecimento ativo e bem-estar da população idosa traduz-se no isolamento social dos mesmos. Sendo algo que se tem vindo a sinalizar desde o seu surgimento e contínuo crescimento, também devido ao aumento, no mundo inteiro, do envelhecimento populacional, surge esse alerta por parte de várias entidades contextualizadas no assunto. Por esse motivo, origina-se também a procura, a partir da prevenção e articulação, da sinalização de ocorrências de fragilidades neste grupo etário (Carneiro et al., 2012). Na ótica de Gaspar (2012), a solidão tem-se notado como uma das maiores problemáticas da nossa sociedade, especialmente voltada para a população idosa. Este fenómeno afeta a forma como vive o indivíduo, o seu bem-estar, conseqüentemente a sua alegria pela vida, esperança e autoestima: “é vulgar associar a velhice a uma quebra de comunicação com os outros, caracterizada pelo isolamento e solidão, que se vai acentuando com o afastamento da família, morte do cônjuge e progressivo desaparecimento de contemporâneos” (p. 80). Uma outra grande mudança que se pode fazer sentir ao entrar na terceira idade, diz respeito à autoestima da pessoa idosa. Esta nova transição pode desencadear sentimentos negativos sobre como este se observa, fazendo comparações com o que era quando era mais novo e o agora, muito associado à perda de papéis sociais. Com efeito, as mudanças do seu papel na sociedade, a consciência do seu corpo, a sua independência a sofrer

alterações, tudo isto podem ser fatores que influenciam diretamente a falta de autoestima na população idosa, criando dentro de si um sentimento de descontentamento consigo próprio e com a vida (Fragoso, 2020): “entretanto e sabendo-se que o corpo envelhece e se transforma esta consciência assume um peso maior em idades adultas mais avançadas sobretudo quando o idoso se tenta adaptar a um corpo envelhecido.” (p. 25)

A falta de motivação pode caracterizar-se como outro aspeto a ter em conta no que concerne à forma como o idoso vive a sua vida. Associado às componentes da sua autoestima e valorização pessoal, a forma como identifica as suas capacidades e como entende a sua posição na sociedade ou como a sociedade o categoriza, pode criar incertezas e desmotivação no idoso para seguir um estilo de vida ativo, habituando-se à monotonia e ao pensamento de que não é bom o suficiente. No pensamento de Santos (1994)

A idade toma-se, assim, ao mesmo tempo, uma realidade biológica e uma convenção sócio-cultural, onde a cada etapa do desenvolvimento correspondem papéis sociais específicos, valores e expectativas que têm uma grande influência sobre a percepção que tem o sujeito do mundo e sobre a sua própria definição enquanto sujeito que interage com este mundo. (pp. 123-124)

Ao longo da literatura que se tem vindo a analisar, entende-se a importância das redes de suporte na vida de qualquer indivíduo, especialmente na do idoso. Apesar de muitas pessoas terem, pelo menos, um tipo de suporte, sejam ele formal ou informal, esse não é o caso para todos. Nesta linha de pensamento, podemos também ligar a escassez da rede de suporte ao isolamento social, portanto, com este estudo, pretende-se sublinhar a importância do “suporte social e as redes sociais desempenham na manutenção da saúde física e mental dos idosos, devolvendo-lhes um sentimento de pertença e de integração social na sociedade em que se inscrevem, evitando assim o seu isolamento” (Mesquita, 2011, p. 13).

Apesar de já se ter iniciado uma preocupação em olhar para o SAD não só como um meio para providenciar serviços voltados para o cuidado físico da pessoa, incluindo a alimentação e a higiene, mas também um espaço onde pode e se deve desenvolver atividades promotoras da animação, do bem-estar e do envelhecimento ativo, através de

alguns projetos, a verdade é que ainda existe a necessidade de desenvolver mais estratégias neste âmbito. Segundo Jacob (2012),

Não podemos esquecer a animação ao domicílio, que praticamente não existe, dado que os serviços de apoio ao domicílio centram-se no assistencialismo (alimentação, higiene e tratamento de roupa). Quando existe um plano de animação resume-se a levar os utentes para a instituição, para aí participarem nas atividades de animação, ou levar estes utentes aos passeios da instituição. Era necessário criar atividades próprias para estes utentes, que têm um perfil específico caracterizado pela dependência, pelo isolamento (parcial ou total), pela ociosidade, pela dependência televisiva e pela desmotivação. (pp. 33-34)

Neste sentido, compreende-se a importância de projetos voltados para este público-alvo em contexto de SAD, adaptando-se às necessidades e carências da pessoa, proporcionando momentos que promovam o bem-estar e capazes de construir novas dinâmicas na vida dos clientes, enquanto ajuda a adiar a institucionalização do indivíduo e preservando o conforto e a estadia na sua casa.

Neste domínio, salienta-se a fotografia, sendo esta entendida como uma grande ferramenta com um vasto leque de potencialidades; e por não ser associado a uma faixa etária específica, apresenta diversas funcionalidades e poder ser adaptada consoante quem interage e cria com ela. Sob esta premissa, “pode ser pensada a produção de imagens na terceira idade: um olhar fotográfico que se lance, não para a reiteração de um passado petrificado, mas para uma movimentação temporal da percepção e da cognição rumo a buscas prospectivas do futuro” (Justo & Justo, 2012, p. 107). Assim sendo, é possível promover a criatividade, autonomia e despoletar sentimentos, emoções, originar pensamentos refletores e impulsionadores, criando um ambiente seguro de partilha e bem-estar (Chaves, 2016).

Desta forma, no seguimento dos pontos chave apresentados neste tópico, é possível entender a necessidade que ainda existe em criar projetos focados nos clientes de SAD e naquilo que se pode construir para a promoção do bem-estar dos mesmos. Neste sentido, este estudo tem por base a conciliação da animação e das artes com este tipo de resposta

social, mostrando-se pertinente visto que pode ser mais desenvolvido e munido de mais recursos para a sua implementação. A fotografia participativa encontra-se do mesmo modo como uma abordagem inclusiva, capaz de originar mudanças positivas. Portanto, este estudo não só sublinha uma preocupação social, mas também propõe intervenções enriquecedoras que reconheçam a importância dos aspetos emocionais e sociais do envelhecimento ativo.

2.3 QUESTÃO DE INVESTIGAÇÃO E OBJETIVOS

Quando se fala da questão de investigação de um projeto é necessário ter em conta que este irá ser a peça fulcral do trabalho de pesquisa. Da mesma forma que é necessário desenvolver um relatório de projeto com as características descritas anteriormente, é também imprescindível criar objetivos para o mesmo. Estes revelam-se como pontos importantes para a organização de ideias e estruturação do trabalho que se pretende apresentar.

Sendo assim, a questão de investigação traduz-se em: “Quais os contributos da fotografia participativa na promoção do bem-estar dos clientes do serviço de apoio domiciliário (SAD) do Lar Adventista para pessoas idosas (LAPI) Centro?”. Consequentemente, os objetivos agregados a esta questão podem dividir-se em duas categorias:

Objetivo Geral:

Perceber de que forma a fotografia participativa pode promover o bem-estar dos clientes do serviço de apoio domiciliário do Lar Adventista para pessoas idosas (LAPI) Centro.

Objetivos Específicos:

1. Compreender o contexto pessoal e social dos clientes de SAD do LAPI Centro;
2. Perceber o contacto dos participantes com a linguagem fotográfica;
3. Elaborar um conjunto de atividades relacionadas com fotografia participativa;
4. Promover a autorreflexão através da fotografia participativa;
5. Entender de que forma a fotografia participativa pode influenciar o bem-estar dos clientes;
6. Avaliar o contributo do projeto na promoção do bem-estar dos participantes

2.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS

Quando falamos de técnicas e instrumentos de recolha de dados no que concerne ao processo de investigação na metodologia qualitativa, esta fase não pode ser tida como algo de pouca relevância por parte do investigador, visto constituir um aspeto crucial na concretização dos objetivos definidos dentro do trabalho de campo (Aires, 2011). Assim, tal como é importante para outros atos de investigação, para a investigação desenvolvida segundo a presente metodologia, é também essencial pensar nos modos de recolha de informação, destinados ao entendimento e avaliação de conhecimentos, raciocínios, criatividade, entre outros (Coutinho C. P., 2013). Neste sentido, de acordo com as necessidades e objetivos do presente estudo, achou-se pertinente optar por pela utilização de diversas técnicas e instrumentos de recolha de dados, que permitiram um triangular dos dados recolhidos: sendo eles a entrevista semiestruturada e o diário de bordo.

2.4.1 ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

Tendo em conta a localização do presente estudo enquadrado na metodologia qualitativa, o inquérito por entrevista caracteriza-se muitas vezes por ser de natureza qualitativa, pelas suas particularidades voltadas para a descrição e pormenorização das informações e dados obtidos através das mesmas (Batista et al., 2021). É possível entender a entrevista como instrumento de carácter social, que através da sua linguagem de perguntas o investigador procura obter informações às quais o entrevistado é detentor de respostas (Manzini, 2004). A entrevista “é um instrumento da metodologia qualitativa e mostra-se especialmente adequada à investigação de processos internos e reflexivos e à produção de significados da ótica dos entrevistados.” (Leitão, 2021, p. 6)

Segundo Santos et al (2021), podemos compreender a entrevista semiestruturada como aquela que atribui ao investigador a possibilidade de recolher informações que possam não resultar necessariamente das questões iniciais do guião de entrevista, ou seja, “além da flexibilização da entrevista, é possível que o entrevistador apresente-se como um mediador para o entrevistado, fazendo com que este produza novos entendimentos acerca do tema abordado na entrevista” (p. 5). Neste tipo de entrevista, existe um guião antecipadamente preparado, no entanto, é possível a implementação de outras questões que se apresentem como pertinentes e que vão ao encontro aos objetivos pretendidos, de

forma a entender melhor o entrevistado (Manzini, 2004). Assim, a entrevista semiestruturada mostra-se aliciante e pertinente ao presente trabalho, devido ao seu carácter flexível, deixando abertura a que os entrevistados também esclareçam e partilhem informações vantajosas ao estudo.

Neste contexto, a entrevista semiestruturada foi utilizada na fase inicial do presente estudo, aplicada à Diretora Técnica e aos participantes, de forma a fazer um diagnóstico, isto após se ter enviado e ser aceite a carta de apresentação e pedido de colaboração (**Anexo 1**). Do mesmo modo, num momento final realiza-se uma segunda entrevista com os participantes de forma a avaliar o impacto que projeto de intervenção teve no seu bem-estar.

As entrevistas foram gravadas, uma vez que a utilização da gravação revelou ser bastante valiosa devido à possibilidade de revisão posterior daquilo que foi gravado. No âmbito deste estudo, foi, portanto, utilizada a gravação de áudio das entrevistas semiestruturadas realizadas com a Diretora Técnica e com os clientes do SAD que participaram neste estudo e no projeto de intervenção. Através da gravação (informada) (**Anexo 2**) das entrevistas foi possível uma análise mais atenta, proporcionando um melhor entendimento dos dados recolhidos. Segundo Oliveira Jr., (2014), a utilização da gravação de áudio como meio de reprodução da fala, pode ser útil para vários fins, inclusive quando falamos de análises de dados dentro de estudos e investigações.

2.4.2 OBSERVAÇÃO E DIÁRIO DE BORDO

O diário de bordo é um instrumento de recolha de dados que decorre da observação. Na ótica de Ludke e André (1986), a observação é uma técnica valiosa na investigação, sobretudo em estudos qualitativos. Então antes de a colocar em prática, os autores defendem que é necessário refletir sobre o que se pretende observar e como o fazer, ter em conta o que se procura com a observação. Através desta é também possível definir pelo investigador o quanto este pretende participar. Para Canastra et al. (2014), a observação é entendida como um dos principais instrumentos utilizados na investigação para a recolha de dados, “O que caracteriza este tipo de estudo é o facto de o investigador participar, de forma directa, no próprio objecto de estudo, havendo, neste caso, uma implicação ou um comprometimento, por parte do investigador, em relação ao objecto de estudo” (p. 12). A observação inserida na metodologia qualitativa,

proporciona, portanto, um contato pessoal do investigador com o que o mesmo pretende estudar abarcando um vasto leque de benefícios para o seu estudo,

A observação direta permite também que o observador chegue mais perto da “perspectiva dos sujeitos”, um importante alvo nas abordagens *in loco* as experiências diárias dos sujeitos, pode tentar apreender a sua visão de mundo, isto é, o significado que eles atribuem à realidade que os cerca e às suas próprias ações. (Ludke & André, 1986, p. 26)

Posto este pensamento, neste estudo a utilização da observação encontra-se como um instrumento capaz de providenciar dados que outras técnicas e instrumentos de recolha de dados nem sempre são capazes, através da observação é possível recolher informações que muitas vezes se traduzem nas expressões faceais, na linguagem corporal, no meio que envolve os participantes, assim como o próprio conhecimento e experiência pessoal do investigador auxilia a interpretação daquilo que é observado. “O método de observação permite a obtenção de muitos dados que não são possíveis por outros métodos como a entrevista ou a aplicação de questionários. Há muitos elementos que não podem ser apreendidos por meio da fala e da escrita.” (Pinheiro et al., 2005, p. 718).

Face ao exposto, o diário de bordo compreende-se como um instrumento importante na pesquisa qualitativa, sendo detentor de um papel importante no que concerne à recolha e análise de dados decorrentes da observação. Pode-se caracterizar por ser um modo de anotação pessoal, escrito pelo investigador ao logo do estudo, de forma a documentar o que vai ocorrendo no processo de investigação e ação. “O diário de bordo tem como objetivo facilitar o registro das atividades, permitindo ao articulador refletir sobre a sua prática e procedimento de sua tarefa.” (Oliveira et al., 2017, p. 121) É possível descodificar o diário de bordo em observações, reflexões, desafios, pontos a melhorar, ideias para mais tarde implementar, o que conseqüentemente vai de encontro à justificativa do uso deste instrumento no presente estudo, visto que permite a anotação de situações que vão decorrendo da implementação do projeto, ao mesmo tempo que se regista certos momentos vivenciados durante as atividades desenvolvidas com os participantes.

Originado das anotações sobre acontecimentos em trajetos de navegações, o diário de bordo se configura não apenas como um instrumento náutico para expedições marítimas, mas também como a nomenclatura de uma espécie complexa que reúne conjuntos de documentos de processos de pesquisa e criação. (Larcher, 2019, p. 102)

2.5 TÉCNICAS DE ANÁLISE DE DADOS

No seguimento da recolha de dados, naturalmente existe a necessidade de fazer a análise dos mesmos. Neste sentido, e no âmbito do presente trabalho, pelas características dos dados recolhidos e dos instrumentos utilizados, identificou-se a análise de conteúdo, de cariz categorial, como aquela que melhor se enquadra na exposição e análise pretendida. Neste sentido,

análise de conteúdo é uma técnica de pesquisa científica baseada em procedimentos sistemáticos, intersubjetivamente validados e públicos para criar inferências válidas sobre determinados conteúdos verbais, visuais ou escritos, buscando descrever, quantificar ou interpretar certo fenômeno em termos de seus significados, intenções, consequências ou contextos. (Sampaio & Lycarião, 2021, p. 6)

Assim, dentro da análise de conteúdo podemos entender a análise categorial como aquela que proporciona uma organização dos dados através de categorias temáticas de acordo com o conteúdo da informação recolhida, onde é possível agrupar esses conhecimentos pelas suas semelhanças ou relacionamentos. Guerra (2006) diz-nos que ao longo do trajeto das ciências sociais, quando falamos de “análise de conteúdo” liga-se com a análise “categorial” de dados que possam estar escritos ou transcritos, não sendo apenas vista como uma técnica de análise, mas também como um significado do objeto.

Atendendo, portanto, ao conteúdo adquirido com a ajuda dos instrumentos de recolha de dados utilizados neste estudo, através da análise categorial é possível organizar esse material que pode ser traduzido em palavras, frases, citações provenientes das entrevistas realizadas com os participantes, entre outros, encaixando-os em categorias relevantes à sua característica e tema envolvente.

2.6 QUESTÕES ÉTICAS

Ao conduzir um trabalho que envolva pessoas, é essencial ter-se em atenção as questões éticas que incorporam o estudo, tendo em atenção os seus participantes, uma vez que “o cuidado ético não é uma exigência apenas das intervenções do ensino e da extensão, mas igualmente da pesquisa” (Severino, 2014, p. 207). As questões éticas mostram-se, deste modo, imprescindíveis quando se abordam realidades humanas e sociais, sendo elas de carácter complexo e necessitadas de uma atenção cuidada (Baptista, 2012). Neste sentido, e de modo a que a investigação fosse realizada de forma responsável, tendo sempre em consideração o respeito para com os colaboradores e participantes do presente estudo, foram tomadas medidas para que se assegurasse o entendimento do que estavam a participar e fosse preservado os direitos de todos de desistir do mesmo se assim o entendessem. Assim, através do consentimento informado (**Anexo 2**), foi possível informar os participantes do estudo e dos objetivos referentes ao mesmo, tendo sido apresentado em formato escrito assim como oralmente, tendo em atenção as características dos participantes desta investigação. Foi também sublinhado a possibilidade de retirar o seu consentimento a qualquer momento, assim como, foi providenciado a confidencialidade e o anonimato dos mesmos.

2.7 CARACTERIZAÇÃO INSTITUCIONAL E DOS PARTICIPANTES

Através das reuniões e entrevistas com a Diretora Técnica, assim como da análise da documentação facultada pela mesma, foi possível obter informações sobre a caracterização institucional e dos participantes que integram o estudo e o desenvolvimento do projeto, de forma a contextualizar a sua inserção.

No que se refere à caracterização institucional, fundada pela União Portuguesa dos Adventistas do Sétimo Dia, a Assistência Social Adventista (ASA) teve o seu começo no trabalho voluntário e na consciência de responsabilidade social dos membros da Igreja Adventista do Sétimo Dia, de onde acolhe os princípios sociais, éticos e religiosos.

Com base no cronograma² histórico da instituição, foi na década de 1940 que começou a surgir a idealização de construir a ASA. No entanto, foi em 1967, numa primeira etapa, perante as condições observadas nas visitas aos idosos de diferentes lares, por um grupo de adventistas, que surgiu a preocupação pelo conforto dos mesmos. Por esse motivo originou-se a ideia de criar um Lar Adventista, ou seja, a proposta de instituir uma comissão diretiva para a instituição e gerência do primeiro LAPI.

A Associação denominada de Assistência Social Adventista, também conhecida pela sigla ASA, constituiu-se assim no dia 24 de janeiro de 1980 por escritura no cartório de Magos. Foi solicitado, posteriormente, junto das entidades competentes o estatuto de Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS). Este foi concedido em 1991 a partir da inscrição na Direção de Ação Social, publicada no Diário da República nº221, III Série, de 25 de setembro de 1991. Deste modo a ASA passou assim a ter estatuto de IPSS.

Tendo em conta que o âmbito da ação da ASA engloba todo o território continental e o arquipélago da Madeira, a instituição começou a crescer e a estabelecer raízes por todo o país com a inauguração dos vários LAPI e Jardim de Infância. Na área da Terceira Idade foram inaugurados um LAPI em Salvaterra de Magos, outro no Funchal, um em Avintes e um em Leiria, dando assim origem aos LAPI Norte (Avintes), LAPI Centro (Leiria), LAPI Sul (Salvaterra de Magos) certificada de ERI Nível A (2008) atribuído pela APCER, e LAPI Madeira (Funchal). Na esfera das crianças e jovens, o Jardim de Infância Arco Íris.

O LAPI Centro, instituição com a qual se colaborou para o presente projeto, é, portanto, uma das quatro estruturas da ASA, direcionada para a intervenção na área da Terceira Idade. É uma IPSS, situada em Leiria há mais de 25 anos, inclusiva, fundada precisamente para prestar apoio e cuidados à população sénior e/ou dependente, independentemente, das suas características culturais, étnicas, religiosas ou situação socioeconómica. O LAPI Centro compõe-se por duas respostas sociais, o SAD com capacidade para 70 clientes

² Cronograma Histórico disponibilizado através do site <https://asa.org.pt/cronograma-historico/>

dispondo um horário de funcionamento das 8h às 18h em dias úteis e das 8h às 14h15 durante o fim de semana. O CD que pode integrar um máximo de 40 clientes cumprindo um horário das 9h às 17h, estando aberto apenas em dias úteis.

Relativamente aos serviços prestados, o SAD e o CD estão encarregues de prestar cuidados diários organizados em serviços como: cuidados de higiene e imagem pessoal; ajuda na toma de medicação; arrumação e pequenas limpezas da habitação (no caso do SAD); confeção, transporte e distribuição de refeições; tratamento de roupa; apoio psicossocial; dinamização de atividades socioculturais; acompanhamento do cliente ao exterior; aquisição de bens e serviços, ajudas técnicas e material hospitalar.

A equipa do LAPI Centro é, até à data da redação deste relatório, formada por um Diretor Geral, uma Diretora Técnica, uma nutricionista, uma Encarregada de Serviços, uma cozinheira, duas ajudantes de cozinha, oito Ajudantes de Ação Direta (AAD) e três Auxiliares de Serviços Gerais (ASG). No sentido do trabalho que é feito no SAD, é relevante mencionar ainda, que as colaboradoras estão geralmente organizadas em duplas distribuídas por rotas. Estas rotas existem para proporcionar a organização dos trajetos de trabalho de acordo com número de clientes e serviços que estes usufruem, de modo que tudo funcione conforme o planeado e de forma ordenada.

No que concerne à caracterização dos participantes, através da entrevista de diagnóstico feita à Diretora Técnica, foi possível perceber qual seriam os clientes que cumpriam os critérios de inclusão no estudo: podendo ou não já ter tido contacto com alguma atividade artística, que a sua rede de suporte pudesse melhorada, tivessem interesse em participar em algum tipo de atividades ao domicílio. Dito isto, foram selecionados oito clientes, caracterizados da seguinte forma:

Tabela 1- Caracterização dos Participantes

| Identificação | Sexo | Idade | Estado Civil | Nível de Escolaridade |
|-----------------------|-----------|-------|----------------|-----------------------|
| Participante 1 | Masculino | 91 | Casado | 4ª classe |
| Participante 2 | Masculino | 89 | União de Facto | 4ª classe |

| | | | | |
|-----------------------|-----------|----|------------|----------------|
| Participante 3 | Feminino | 88 | Divorciada | Curso Superior |
| Participante 4 | Feminino | 70 | Divorciada | 4º classe |
| Participante 5 | Feminino | 77 | Viúva | 3ª classe |
| Participante 6 | Feminino | 56 | Solteira | 12º ano |
| Participante 7 | Masculino | 81 | Casado | Curso Superior |
| Participante 8 | Feminino | 72 | Divorciada | 12º ano |

A partir da tabela acima apresentada focada na caracterização dos participantes, é possível compreender que dos oito clientes selecionados, cinco são do sexo feminino e três são do sexo masculino. Em relação às idades dos participantes, podemos observar que um tem 57 anos, entre os 70 e os 74 anos temos 2 participantes, dos 75 aos 79 temos 1 participante, dos 80 aos 84 temos outro, dos 85 aos 89 temos, 2 e dos 90 aos 95 temos outro participante. -se entre os 56 e os 91 anos. Relativamente ao estado civil, dois participantes são casados, um encontra-se em união de facto, uma é viúva, três são divorciadas e uma é solteira. No que diz respeito ao nível de escolaridade dos clientes, dois têm um curso superior, duas têm o décimo segundo ano. Três têm a quarta classe e uma tem a terceira classe.

Apesar de não estar representado na **tabela 1** devido à diversidade de situações, todos os participantes têm algum tipo de problema de saúde, abrangendo mobilidades reduzidas, níveis de dependência diversos, ou outra situação. No entanto, todos eles manifestaram capacidade para participar nas atividades a desenvolver durante o projeto, tendo sempre em atenção a adaptação das mesmas às suas características e necessidades.

CAPÍTULO III – DESENVOLVIMENTO DO PROJETO DE INTERVENÇÃO E DO PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO-AÇÃO

3.1 DIAGNÓSTICO

Seguindo o ciclo da investigação-ação, a primeira fase intitulada de diagnóstico, abre caminho para que se possa encontrar e conhecer as características e necessidades do estudo e intervenção que se pretende aprofundar e implementar. Neste sentido, o diagnóstico fornece ferramentas para soluções ou a potencialização de melhorias de um ou mais problemas já conhecidos (Santos et al., 2013). Desta forma antes de avançar com a implementação do presente projeto de intervenção, foi imprescindível a realização de um diagnóstico capaz de contextualizar a intervenção, permitindo uma familiarização com questões-chave, relativas a desafios existentes e potenciais oportunidades de intervenção.

Através do envio da carta de apresentação e pedido de colaboração com o LAPI Centro (**Anexo 1**) foi possível o agendamento e a realização de uma entrevista semiestruturada à Diretora Técnica, seguindo um guião (**Anexo 3**), possibilitando o conhecimento do ambiente em que se pretendia intervir e o que caracterizava o público-alvo, a nível pessoal e social, percebendo também o contacto dos mesmos com a linguagem fotográfica.

Tabela 2 - Análise Temática da Entrevista de Diagnóstico à Diretora Técnica

| Temas | Categorias | Subcategorias |
|--|------------|--|
| Atividades Artísticas desenvolvidas | CD | Programa de animação com vários ateliers (música, pintura, trabalhos manuais, teatro, ...) |
| | SAD | Projetos pontuais, Sem atividades em desenvolvimento de momento |

| | | |
|---|---|--|
| Papel das Atividades Artísticas no Bem-estar da População Idosa | Nível Físico | Coordenação Motora, contribuição para a qualidade de vida e bem-estar; combate à tendência de perda de mobilidade e autonomia. |
| | Nível Mental | Expressão de sentimentos e emoções, estimulação da criatividade e imaginação, redução de stress e ansiedade, facilita a socialização e interação social. |
| Caracterização dos Clientes de SAD do LAPI Centro | Rede de Suporte Familiar | Maioria tem boa rede de suporte; no entanto pode existir desgaste dos familiares e cuidadores, cansaço. |
| | Solidão, isolamento social, falta de estímulo, desmotivação | Mesmo com família muitos sentem-se solitários, falta de hobbies, perda de sentido de utilidade. |
| | Condição económica | Maioria numa economia favorável, alguns com economia insuficiente. |
| | Necessidade de atividades artísticas | Combate aos efeitos negativos do envelhecimento, estímulo, sentido de utilidade. |
| Interesse dos clientes de SAD na participação de atividades artísticas | Vontade; Disponibilidade para participar | Algum interesse, receptividade, |

| | | |
|---|-------------------------------------|---|
| | Histórico com atividades artísticas | Experiência com algum tipo de atividade artística |
| Necessidade de Desenvolver Projetos para Clientes de SAD | Inovação, diversidade de serviços | Nos centros de dia existe mais facilidade de desenvolver atividades, o SAD é uma realidade diferente. |
| Atividades Artísticas com Foco em Fotografia | Importância da fotografia | Grande significado para os clientes, gosto pela partilha de álbuns de fotografia |
| | Ligação, memórias, emoções | Conexão da fotografia com os sentimentos dos clientes, reviver de momentos. |
| | Potencial terapêutico | Trabalhar conceitos, emoções e pensamentos com a fotografia é considerado terapêutico. |

Após a análise de conteúdo feita à entrevista realizada à Diretora Técnica do LAPI Centro, é possível destacar alguns pontos-chave. Começando por fazer uma comparação com os clientes de CD e os de SAD, é possível extrair que existe um programa de animação composto por ateliês ligados à música, ao teatro, à expressão plástica, à escrita, entre outras atividades, tendo em conta os gostos e interesses dos clientes. No entanto neste contexto institucional, esse programa só está disponível na resposta social do CD, o que nos remete para o facto de não existir de momento atividades a decorrer no SAD. Ocasionalmente, a Diretora Técnica informa que existem projetos pontuais, no entanto um dos grandes impedimentos para que se possa alimentar mais projetos relacionados com o SAD e as atividades artísticas é a falta de recursos humanos. “... , não temos é de momento, os recursos humanos para poder fazê-lo, mas é um serviço que temos pensado e que está até no nosso regulamento interno e há outras instituições que também o têm como possibilidade de os utentes poderem contratualizar, para além, por exemplo, não é da higiene pessoal,” Diretora Técnica (D.T).

Ao longo desta análise sublinha-se a importância das atividades artísticas para o bem-estar da população idosa, quer a nível físico quer a nível mental, tornando-se num instrumento de combate a aspetos menos positivos que possam advir do processo natural do envelhecimento, promovendo e estimulando o bem-estar do idoso, ajudando-o a combater o stress, a ansiedade, proporcionando momentos criativos e sociais.

Através da caracterização dos clientes do SAD feita pela Diretora Técnica, é possível entender que existe uma rede de suporte familiar na maioria dos casos relacionados com os clientes do LAPI Centro, por outro lado, mesmo havendo esse suporte alguns clientes enfrentam desafios como a solidão, o isolamento social, destacando também o sentimento de inutilidade, sendo que estes aspetos podem impactar negativamente a saúde mental e física dos mesmos, o que mostra a necessidade de mais projetos voltados para esta resposta social. Apesar de não expressarem todos diretamente, o desejo de participar em atividades artísticas, muitos mostram interesse em formas de arte como a música e o artesanato, destaca-se ainda o facto de quando estimulados e encorajados, forma-se a vontade de querer saber mais, o que mostra o potencial para o desenvolvimento de projetos de animação com estes clientes.

O papel da fotografia enquanto atividade artística apresenta-se como um instrumento positivo, visto existir uma ligação por parte dos clientes à fotografia, dando o exemplo dos álbuns de família, sendo normalmente visto como uma forma de preservar memórias e emoções ao longo do tempo. Nesta linha de pensamento, através da entrevista feita à Diretora Técnica, é possível encontrar pistas que promovam o desenvolvimento de projetos e atividades adaptadas às necessidades e interesses dos clientes de SAD, procurando estimular o bem-estar, a interação social, trazendo ao mesmo tempo experiências e momentos enriquecedores que fomentem uma melhor qualidade de vida dos mesmos.

Tabela 3- Análise Temática às Entrevistas Iniciais dos Clientes

| Temas | Categorias | Subcategorias |
|---------------------------|------------|---------------|
| Atividades Diárias | Lazer | Ouvir rádio |
| | | Conversar |

| | | |
|--|--------------|---|
| | | Passear, visitar sítios, caminhadas |
| | | Ver televisão |
| | | Ler e escrever |
| | | Artesanato |
| Desafios | Saúde | Impacto da idade (envelhecimento) e da partida |
| | | Problemas de saúde física e mental |
| | | Dificuldades ou perda da mobilidade |
| | Sociais | Isolamento social |
| | | Conflitos familiares |
| | Habitação | Casa não adaptada às necessidades |
| | Financeiros | Limitações financeiras |
| Participação em atividades artísticas | Envolvimento | Nunca Participou |
| | | Interesse/Participação em eventos/atividades artísticas |
| | | Curso de cerâmica |
| | Convite | Nunca foi convidado |
| | | Participação em atividades no LAPI Centro |
| Fotografia | Experiência | Pouca experiência |
| | | Alguma experiência |
| | Preferências | Gosto por todas as fotos |

| | | |
|------------------|---|---|
| | | Fotos de paisagens |
| | | Álbuns de família |
| | | Retratos de pessoas e animais |
| | Significados | Memória/Registo de momentos importantes |
| | | Recordação |
| | | Emoções/ Sentimentos |
| | | Reflexão |
| | Interesse em atividades relacionadas à fotografia | Indiferença |
| | | Discussão e apreciação de fotografias antigas |
| | | Atividades relacionadas com fotografia |
| Bem-Estar | Fatores de felicidade | Família, amigos e relacionamentos |
| | | Atividades ao ar livre e sair de casa |
| | | Saúde e cuidado pessoal |
| | | Interação Social |
| | | Religiosidade |
| | | Gratificação com atividades artísticas |
| | | Sentimento de utilidade |
| | Preocupações | Receio pela saúde, limitações de mobilidade |

| | | |
|--|--|-------------------------------|
| | | Perceções da COVID19 |
| | | Precauções em locais públicos |
| | | Restrições de atividades |
| | | Isolamento |

Ao ser realizada esta entrevista inicial seguindo um guião (**Anexo 4**) com os participantes do SAD já previamente selecionados com o auxílio da entrevista feita à Diretora Técnica, pretendeu-se agora perceber o contacto dos participantes com a linguagem fotográfica, mas também conhece-los melhor, entender as suas rotinas, gostos, opiniões situações sociais e económicas dos mesmos, verificando-se pontos em comum de respostas. Emerge-se, assim, temas relacionados com a saúde, família, atividades criativas, bem-estar, desafios e preocupações.

Ao aprofundarmos as temáticas que foram surgindo ao longo desta análise, percebemos que os participantes encaixam nas atividades diárias e de lazer, vários polos, desde ver televisão até a realização de hobbies como o artesanato e a pintura em alguns casos. O que nos mostra algumas fontes de entretenimento, uns mais dinâmicos outros menos, devido também às suas capacidades ou não de mobilidade. Um exemplo disso é apresentado quando a Participante 8 diz “Estar no sofá, gosto de ver este Goucha, ou de ver uma série, as notícias, vou me distraíndo.”

Seguindo para o tema que abarca os desafios físicos e a saúde, muitos dos entrevistados destacam a mobilidade reduzida, particularmente proveniente do envelhecimento e condições médicas. Confirmando-se com o testemunho do Participante 7 “As coisas menos positivas é a idade, desafios, não tenho metas, dificuldades em andar como deve ser, dói-me o corpo e a idade que eu acho que é horrível.” O que nos transmite de certo modo um sentimento de desmotivação para fazer as coisas que mais gosta, perdendo o interesse e a força de vontade para se aventurar em atividades que possam ser adaptadas à sua situação. Fazendo uma ponte com esses pensamentos, é possível observar, que no que diz respeito à participação destes clientes em atividades artísticas, entende-se que embora alguns já tenha participado anteriormente em atividades artísticas, como pintura,

artesanato e fotografia, muitos expressam falta de interesse ou paciência atualmente, tendo o exemplo da Participante 8 que explica “Nada, antigamente fazia presépios, pintava, tive uma fase de telas, telas.” Entende-se um misto de situações alguns já participaram em atividades relacionadas com as artes, mas acabaram por deixar para trás o gosto, outros nunca o fizeram, mas também não se mostra uma prioridade, podendo também relacionar-se com o desconhecimento, ou falta dos meios perto de si para o fazer, interligado com a falta de motivação.

Quando abordada a temática relacionada com a fotografia, podemos observar através da tabela, que muitos a reconhecem como uma fonte de recordações, sentimentos, e de reflexão, sendo que muitos deles foram de encontro ao mesmo pensamento do Participante 7 que, “O que mais gostaria de fazer numa atividade relacionada com a fotografia... gostava de recordar as fotografias antigas.” Sugestão partilhada nas respostas de muitos dos entrevistados. Ponto de grande destaque abrindo portas para a planificação da intervenção com estes participantes.

Uma das grandes situações vivenciadas por todos nós nos últimos anos, terá sido a COVID19, e no decorrer das entrevistas iniciais feitas aos participantes notou-se uma ligação entre a situação e o tema voltado para a saúde, para os desafios e preocupações sentidos pelos clientes. Neste âmbito, o isolamento social, as restrições de mobilidade e preocupações com a saúde física e mental sofreram agravações com o vivenciar da pandemia, para a Participante 8 "Senti que estava mesmo enclausurada, presa, mas tinha que ser e que deus quisesse que passasse rápido, tinha medo, pensei que fosse uma coisa que veio para ficar.", no entanto no outro polo de opiniões, alguns entrevistados afirmam que não tiveram medo, mas que foi algo inesperado.

Na esfera ligada ao bem-estar e à felicidade, compreende-se a sua associação à saúde, ao apoio familiar e à sensação de felicidade, o que nem sempre é uma realidade constante ou para todos.

Esta análise permite-nos ouvir uma voz direta às experiências e perspetivas dos participantes, destacando as experiências e particularidades dos clientes do SAD integrados neste projeto. Sublinha temas importantes como o bem-estar físico, mental e emocional dos mesmos, enquanto abre oportunidades de intervenção atendendo aos temas encontrados ao longo das entrevistas.

3.2 PLANIFICAÇÃO DA INTERVENÇÃO

Considerando a linha condutora da investigação-ação, após ter sido realizado o diagnóstico, através das entrevistas feitas à Diretora Técnica e aos participantes selecionados, o próximo passo que integra o presente tópico, passa pelo planeamento de ação, ou seja, a intervenção. Tendo em conta a informação recolhida e tratada, pretendeu-se dar origem a uma intervenção pensada nos seus participantes. Salienta-se a atenção às suas características, gostos e interesses, com o intuito de lhes proporcionar experiências enriquecedoras. Tendo como foco o seu bem-estar, e melhoria da qualidade de vida, atendendo com o maior cuidado possível ao que foi partilhado em contexto de entrevista e diálogo.

Através do conhecimento prévio dos participantes foi, portanto, exequível a elaboração de atividades que fossem na sua base idênticas para todos, enquanto adaptas e pensadas às características físicas e psicológicas de cada um. Procurou-se construir um espaço seguro e confortável de partilha, reflexão e conhecimento. O que ajuda a criar um ambiente favorável a novas experiências, deixando sempre aberta a possibilidade de readaptar as atividades à confortabilidade dos participantes gerando alternativas que fossem de encontro às necessidades dos mesmos.

Mais do que planificar atividades relacionadas com a fotografia direcionadas, neste projeto, para os clientes de SAD do LAPI Centro, na procura de uma ponte entre as duas respostas sociais existentes nesta instituição, promovendo ao mesmo tempo a valorização do trabalho desenvolvido numa das atividades dos participantes do projeto. Surge também a ideia e oportunidade de partilhar o produto de uma das sessões com os clientes de CD, criando de certo modo uma interação entre os dois grupos, dinamizando uma envolvência da comunidade sobre um trabalho feito ao domicílio.

Com a ajuda das sugestões e interesses recolhidos, através das entrevistas iniciais com os participantes, planificou-se para este projeto de intervenção sete sessões, onde seis delas seriam desenvolvidas no domicílio de cada um deles, e uma a realizar no LAPI Centro com a participação dos clientes de CD. Tendo como período de realização de 8 de maio a 16 de junho de 2023, planeando-se uma sessão por semana tendo em vista a deslocação a 8 domicílios diferentes, a disponibilidade dos participantes e o seu estado de saúde no

decorrer do projeto. A planificação detalhada destas sessões pode ser encontrada no **(Anexo 5)**, onde é possível observar a data, a atividade desenvolvida, os materiais utilizados e a sua respetiva finalidade.

3.3 IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO DE INTERVENÇÃO

Ao ser iniciada a implementação do projeto de intervenção, visou-se explorar o potencial da fotografia participativa como uma ferramenta de promoção do bem-estar e autorreflexão do grupo de participantes do LAPI Centro enquadrados na resposta social do SAD. Ao longo das sete sessões planeadas, os participantes foram envolvidos em atividades fotográficas ou relacionadas, com o objetivo de promover a reflexão sobre as suas vivências, memórias e sentimentos, assim como promover um ambiente propício à exploração da sua criatividade.

Antecipadamente, antes de dar início à realização das sessões propriamente ditas, foi feito um primeiro contacto com os participantes através de chamada telefónica. Fez-se uma breve apresentação da investigadora e do projeto de intervenção, de modo a familiarizar ambos os lados e a quebrar o gelo. Através desse primeiro contacto foi possível a organização dos horários disponíveis para a realização das primeiras sessões, assim como o fornecimento de informação relativa à morada dos clientes. Este primeiro contacto pode ser importante, pois dá a conhecer ao participante a pessoa com quem vai trabalhar, tornando posteriormente o primeiro encontro mais tranquilo e confortável.

Para o avanço da implementação do projeto foram também tomadas as medidas éticas necessárias tendo sido elaborado um documento respetivo ao consentimento informado **(Anexo 2)** assegurando os direitos do indivíduo. O documento foi entregue, lido, esclarecido com a investigadora e assinado pelos participantes.

1º Sessão – 8/05/2023 a 12/05/2023

Segunda-feira, dia 8/05/2023, iniciou-se primeira sessão às respetivas horas, começando a visita ao primeiro domicílio por volta das 10h, no segundo às 13h, no terceiro às 16h e na quinta morada por volta das 17h. Sendo que a duração da sessão rondou entre os 40 minutos e as 2 horas e 20 minutos dependendo do participante. Na primeira sessão foi feita a entrevista semiestruturada aos participantes, tornando-se numa sessão de esclarecimentos iniciais, apresentação e obtenção do consentimento informado, enquanto se conheceu também a realidade do participante. Foi feita a apresentação dos clientes consoante iam sendo feitas as perguntas da entrevista, onde uns sentiram mais necessidade de falar do que outros, partilhando um pouco das suas histórias e vivências. No decorrer da semana, foi realizado a primeira sessão em mais quatro domicílios dando por terminada a primeira sessão com todos os participantes. No final da sessão foi lançado o desafio a todos os participantes para a semana seguinte, pedindo que escolhessem um álbum de fotografias que gostariam de partilhar com a investigadora na atividade inserida na segunda sessão do projeto.

2º Sessão – 16/05/2023 a 2/06/2023

No decorrer da segunda sessão, como combinado na semana anterior, os participantes foram convidados a aventurarem-se na primeira atividade direcionada para a fotografia **Anexo 5**, foi, portanto, solicitado a partilha de um álbum de fotografias à escolha de cada participante. Uns optaram por álbuns de família, outros por álbuns de fotografias das suas criações, desde bolos a artesanato, ou por outro lado a apresentação de um projeto materializado num álbum de fotografias e posters da sua história de vida, feito à mão e com diversidade de conteúdo fotográfico, como foi o caso de um dos participantes.

Durante a atividade promoveu-se o diálogo, a recordação de momentos importantes, reencontraram-se histórias do passado, e vontades de reorganizar estas memórias por parte de alguns dos participantes. Este tipo de atividade fotográfica remete-nos assim para a fotografia de arquivo, já falada no enquadramento teórico deste relatório, mostrando-se relevante na implementação da sessão número dois.

Elucidasse com importância, que ao contrário da primeira sessão que ficou concluída na semana planeada, o mesmo não ocorreu com a segunda sessão, começando a exemplificar-se situações em que nem sempre é possível agendar como delineado, pois é necessário ter em conta a rotina dos participantes, os seus compromissos e saúde para a sua participação. Neste âmbito a partir desta sessão, e seguindo também a essência de reflexão e reformulação da investigação-ação, onde é possível observar a ação e adaptar para uma nova e melhorada implementação. Assim sempre que não fosse possível desenvolver alguma sessão com algum participante, reagendava-se para outra data de forma que o mesmo pudesse experienciar a atividade designada para a sessão em questão. Justifica-se, desta forma o grande período entre as datas apresentadas para esta sessão e conseqüentemente nas seguintes.

Ao finalizar a sessão, foi novamente revelado um pouco do que seria a próxima, criando curiosidade e interesse por grande parte dos participantes. De forma a criar um jogo de troca e partilha, desta vez a investigadora ficou encarregue de levar um conjunto de fotografias com as quais se pretendia desenvolver a próxima atividade.



Figura 1 - Fotografias da 2ª Sessão

3º Sessão – 25/05/2023 a 3/06/2023

Dando-se início à terceira sessão deste projeto de intervenção, a atividade (**Anexo 5**) trazida pela investigadora apoiou-se na foto-elicitacão procurando através da fotografia

estimular a reflexão sobre aquilo que o participante observa, analisar as suas próprias emoções perante estímulos fotográficos e entender porque é que aquele tipo de fotografia desperta em si aquele sentimento em específico, ou qual a razão que associa determinada palavra ou frase aquela imagem. Deste modo a atividade planificada para a sessão número três, desenvolveu-se primeiramente pela explicação do seu intuito, de seguida foram apresentadas algumas fotografias de diversas cores, paisagens, objetos e sujeitos, assim como vários papéis, uns com diferentes sentimentos e outros em branco caso o participante quisesse escrever um outro sentimento ou uma palavra/frase que traduzisse a sua reação ao observar e analisar as imagens.

Para a planificação desta atividade procurou-se que as seleções de algumas dessas fotografias fossem de encontro à informação adquirida através das entrevistas iniciais feitas aos participantes, tendo em conta as suas atividades de lazer, gostos e interesses criando uma proximidade da atividade com o participante deixando-os familiarizados e confortáveis para também explorar as outras imagens e não terem receio de se expressarem, promovendo também a comunicação.

Ligeiramente diferente do que tinha vindo a acontecer nas sessões anteriores onde era feita uma pequena prévia do que iria acontecer na próxima visita, desta vez a investigadora decidiu ocultou o que iria acontecer na próxima sessão, apenas dando pistas aos participantes, que seria uma atividade mais prática, sendo que todos eles se mostraram intrigados e com entusiasmo pela próxima sessão.



Figura 2- Fotografias da 3ª Sessão

4º Sessão – 30/05/2023 a 17/06/2023

Na sessão quatro como planeando, introduziu-se uma nova atividade **Anexo 5** com base na utilização de uma máquina fotográfica descartável Kodak com 32 exposições, tendo à disponibilidade para a realização desta atividade, 32 fotografias dividindo-as pelos oito participantes. De forma a dinamizar mais a sessão, iniciou-se a mesma com um jogo da adivinha, onde foi entregue a máquina fotográfica dentro de um saco preto de pano aos participantes, onde os mesmos foram desafiados a adivinhar o que estaria dentro desse saco. Foi ainda informando que esse objeto faria parte da atividade a realizar, assim os participantes procederam ao toque do objeto recluso no saco, com o objetivo de perceber o que seria.

Uma vez discutido o que poderia ser o objeto, e depois de revelado, a investigadora explicou e auxiliou os participantes no manuseamento da máquina até os mesmo se sentirem confortáveis e seguros do funcionamento da mesma. Foi de seguida proposto aos participantes que utilizassem essa mesma máquina fotográfica para tirarem fotografias daquilo que lhes transmitisse bem-estar, ou a algo importante para eles. Dentro destas abrangentes poderia ser um local da sua habitação, os seus familiares, animais de estimação, paisagens entre outros, tendo total liberdade para decidirem e escolherem. Acrescenta-se que cada participante teve, portanto, direito a tirar quatro fotografias.

Sublinha-se que a escolha do tipo de máquina fotográfica traduziu-se como uma forma de adaptação da atividade às capacidades dos utentes e a familiarização destes com as máquinas analógicas, especialmente as descartáveis que se mostram mais acessíveis ao manusear para as pessoas no geral, mesmo não tendo um conhecimento prévio sobre fotografia ou de como funciona uma máquina fotográfica.

No decorrer da atividade os participantes refletiram sobre o que fotografar e uma vez escolhido, deslocaram-se aos locais para o fazer. Muitos tiveram em atenção aos ângulos e à luz para avançarem com a captura daquilo que queriam fotografar, outros pediram algum auxílio para o fazer, devido às suas capacidades. No entanto, sempre com a palavra final não deixando de participar na atividade, mostrando interesse e força de vontade.

Com esta atividade existiu o incentivo à expressão criativa e proporcionou-se aos participantes uma oportunidade de compartilharem os seus interesses e preferências

através da fotografia, enquanto se promoveu autonomia, confiança e autoestima no participante.

Dada como terminada, foi explicado aos participantes que como se tratava de uma máquina analógica, as fotografias captadas iriam ser reveladas e trazidas na próxima sessão, para que eles pudessem observar os resultados do seu trabalho, aludindo já para a próxima atividade a decorrer da seguinte sessão.



Figura 3- Fotografias da 4ª Sessão

5º Sessão – 20/06/2023 a 4/7/2023

Após se ter realizado a revelação das fotografias captadas pelos participantes na atividade da sessão anterior, foi possível agendar e dar início à sessão número cinco **Anexo 5**. Esta sessão começou com a explicação por parte da investigadora, que ao serem reveladas as fotografias, podem ocorrer imprevistos durante esse processo, sendo que existe o risco de não ser possível a materialização de todas elas. No entanto prevendo que tal situação pudesse ocorrer, uma das razões para se ter pedido que os participantes tirassem quatro fotos cada um, justifica-se pela segurança de que mesmo que não fosse possível obter o resultado de uma fotografia, haveria as restantes. Expondo esta situação, felizmente cada participante teve a oportunidade de ver pelo menos três das quatro fotografias tiradas.

A atividade planeada para a presente sessão iniciou-se, assim, ao serem entregues as fotografias aos participantes, onde os mesmos se mostraram curiosos para observar o produto do seu trabalho realizado na atividade anterior. Os participantes levaram o seu tempo a observar e analisar cada fotografia, sendo que uns ficaram surpreendidos pelo

resultado não estando à espera que fosse ficar bom, outros demonstraram interesse em pensar no que poderiam ter feito melhor ou numa próxima vez.

Dado tempo aos participantes para poderem assimilar as fotografias, a atividade baseou-se no diálogo entre o participante e a investigadora, onde foi partilhado as suas razões e sentimentos para terem fotografado aqueles espaços, objetos ou sujeitos. Ao fim desse diálogo foi pedido aos participantes que atribuíssem um título a cada fotografia ao mesmo tempo que justificassem a razão para esse título.

Através desta atividade promoveu-se a autorreflexão, incentivando a exploração das suas emoções através das fotografias captadas pelos próprios participantes.

Para terminar a quinta sessão, foi proposto aos participantes do SAD, que se utilizasse as fotografias captadas por eles para a realização de uma exposição nas instalações do LAPI Centro para os clientes do CD, de forma a dar a conhecer o trabalho de todos e a receber feedback da comunidade institucional que os envolve. Ao que todos concordaram e deram autorização para o fazer.

Ficou também planeado que na sétima e última sessão com os participantes de SAD, iria ser dado a conhecer as palavras partilhas pelos clientes de CD sobre a exposição das fotografias, assim como a realização de uma entrevista final sobre a participação neste projeto de intervenção.



Figura 4- Fotografias da 5ª Sessão

6º Sessão – 5/07/2023

Para a sexta sessão deste projeto de intervenção, e de forma a criar uma ponte entre as duas respostas sociais do LAPI Centro, aproximando a comunidade que compõe a instituição, foi desenvolvida uma exposição de fotografia, previamente planeada (**Anexo 5**) e discutida com a direção da instituição. Para além da exposição de fotografia (**Anexo 12**) e diálogo com os clientes do CD, achou-se pertinente envolvê-los também numa atividade similar aquela que deu origem às fotografias da exposição da autoria dos participantes de SAD, para que pudessem perceber melhor o trabalho feito pelos participantes e dar-lhes a oportunidade de experimentar esse processo de expressão criativa através da fotografia.

A sessão teve início por volta das 14h com a duração de 1 hora e 30 minutos, realizada na sala do CD. Foi feita uma breve introdução da investigadora e do projeto em desenvolvimento com os participantes do SAD, de forma a contextualizar a origem da exposição de fotografias. Foi explicado aos clientes de CD o objetivo da exposição e a importância de valorizar as perspetivas e experiências dos participantes do SAD. Apresentaram-se as fotografias captadas pelos participantes e as suas respetivas descrições assim como a ideia dos mesmos na captura das fotografias.

Depois de serem apresentadas as fotografias expostas, os clientes de SAD tiveram oportunidade de as observar e analisar, criando um ambiente de diálogo sobre as mesmas, revendo-se em algumas das fotografias e partilhando um pouco sobre as suas próprias histórias, reavivadas nas suas memórias, pela exposição. Elogiaram as fotografias dando cada um a sua opinião.

De forma a terminar esta sessão, os clientes do CD foram convidados a captar 1 ou 2 fotografias com uma máquina fotográfica similar à utilizada pelos participantes do SAD. Tal como os participantes, estes também tinham liberdade para captar a fotografia a seu gosto, tendo como temática algo que gostassem no CD. Para este desenvolvimento foi também explicado e prestado auxílio no manuseamento da máquina, incentivando os clientes a participarem e não terem receio mesmo que não tivessem experiência prévia.

Ficou por fim acordado com a animadora do CD do LAPI Centro que uma vez que as fotografias captadas pelos clientes do CD estivessem reveladas, seriam enviadas para a

mesma, de forma a dar a conhecer aos clientes os resultados da experiência realizada durante a exposição de fotografias.



Figura 5- Fotografias da 6ª Sessão

7ª Sessão –11/07/2023 a 4/10/2023

Na última sessão do presente projeto de intervenção, foi transmitido aos participantes como se desenvolveu e correu a exposição de fotografias da sua autoria. Foi dando a conhecer os elogios feitos, pelos clientes do SAD, às fotografias. Assim como alguns dos clientes se reviram nessas mesmas fotografias, dando valor ao trabalho realizado pelos participantes do SAD.

Após o diálogo desenvolvido sobre a exposição de fotografias, deu-se então início à entrevista semiestruturada final aos participantes (**Anexo 10**), com o intuito de perceber de que forma a sua participação neste projeto de intervenção, contribuiu ou não na promoção do seu bem-estar. Avaliando também a sua experiência durante o projeto, sendo convidados a partilhar os seus pontos de vista sobre o mesmo, destacando aspetos positivos e negativos e perceber se estariam dispostos a participar novamente num projeto similar.

Para esta sessão houve um período grande entre as datas apresentadas sendo que alguns dos participantes tiveram complicações de saúde, impossibilitando a realização da sessão

num período mais curto de tempo, no entanto foi possível remarcar a sessão à medida que as condições, em que os participantes se encontravam, melhorassem. Tendo sempre em conta o melhor para o participante adaptando a sessão às suas capacidades

3.4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE RESULTADOS

O presente tópico centra-se na apresentação e análise dos dados recolhidos durante o projeto de intervenção em questão, com foco nas experiências e perceções dos participantes do SAD do LAPI Centro. Neste âmbito, serão explorados os diferentes temas identificados, incluindo os grandes pontos-chave direcionados para os obstáculos enfrentados pelos participantes e os pontos positivos emergentes ao longo do projeto.

A análise dos dados será, portanto, orientada com base nos instrumentos de recolha utilizados, nomeadamente a observação e o diário de bordo, assim como a entrevista semiestruturada realizada no final do projeto. Neste sentido, de forma a apresentar e a analisar os dados recolhidos, optou-se pela técnica de análise de conteúdo de cariz categorial, admitindo uma compreensão detalhada das experiências dos participantes. Esta escolha traduz-se nas características deste tipo de técnica, já mencionadas durante a leitura do presente relatório, apresentando-se útil e adequada na organização e navegação dos dados.

No decorrer deste tópico, os resultados serão apresentados e discutidos, sublinhando tanto os desafios enfrentados pelos participantes como os momentos de superação e resiliência observados. Será também analisado o impacto das dificuldades sentidas pelos participantes, bem como as estratégias executadas de forma a promover o combate a esses desafios.

Como finalidade, este capítulo procura culminar as informações apresentadas num momento final de reflexão e conclusão de modo a compreender de que forma o presente trabalho impactou os participantes, tendo em conta os objetivos apresentados e a questão de partida colocada.

3.4.1 DIÁRIO DE BORDO DA INVESTIGADORA

Ao longo das sessões desenvolvidas durante o projeto de intervenção, um dos instrumentos de recolha de dados utilizados foi o diário de bordo como mencionado num dos capítulos deste relatório, visto que este instrumento se traduz pela sua utilidade e flexibilidade na forma como é possível fazer o registo de observações e reflexões. Ao mesmo tempo que permite ao investigador fazer a anotação de informações detalhadas e portadoras de contexto, de um modo contínuo e sem restrições. Assim sendo, através do diário de bordo (D.B) da investigadora, foi possível construir a tabela seguinte tendo em conta as temáticas, categorias e subcategorias, que surgiram dos dados obtidos e registados no mesmo.

Tabela 4- Tabela de Análise Temática das Sessões através do Diário de Bordo

| Temas | Categorias | Subcategorias |
|---------------------------------------|-------------------------|------------------|
| Obstáculos identificados | Dificuldades físicas | Mobilidade |
| | | Visão |
| | | Audição |
| | Bloqueios emocionais | Receio |
| | | Desânimo |
| | | Tristeza |
| | | Frustração |
| | | Baixa autoestima |
| | | solidão |
| | | |
| Pontos Positivos identificados | Participação/desempenho | Interesse |
| | | Curiosidade |

| | | |
|--|--|----------------------------|
| | | Motivação/Força de vontade |
| | | Autoestima/Autonomia |

Ao ser viabilizada a construção da grelha de análise de conteúdo do desenvolvimento das sessões (**Anexo 9**) é possível observar uma divisão da informação em dois grandes polos, um voltado para os obstáculos identificados, outro com evidência nos pontos positivos encontrados.

Assim sendo, é possível entender que a maior parte dos participantes enfrentaram diversas barreiras durante o projeto, nomeadamente dificuldades físicas que envolvem a mobilidade, visão e audição dos participantes, o que se confirma com alguns comentários como “Epá, pois, isto com a muleta é difícil, mas pronto é devagar.” (Diário de Bordo 1/Participante 1 (D.B1/P1)); “Sabe menina, eu gosto muito de conversar e participar, mas já não me consigo mover muito” (D.B1/P2); “Tenho esta dor na perna que por vezes não me deixa fazer nada, é uma coisa chata!” (D.B1/P5); sendo que nos remete para a esfera da mobilidade, já noutra subcategoria foi esclarecido por parte de dois participantes que relatam “Eu já não vejo quase nada menina, já estou assim há uns bons anos.” (D.B1/P2); “Eu tive que ser operada aos olhos e ajudou, mas continua a ser um pouco difícil para mim.” (D.B2/P6), correspondendo às dificuldades de visão identificadas. Neste sentido é pertinente mencionar que de forma a acomodar estes participantes, existiu a preocupação em adaptar as atividades de modo que os mesmos conseguissem participar, apesar dos obstáculos encontrados. Um exemplo prático dessa adaptação traduz-se na utilização de objetos que pudessem estar relacionados com as fotografias apresentadas (**Anexo 6**) durante a 3ª sessão (**Anexo 5**) incentivando o participante a sentir o objeto, e com a descrição da fotografia feita pela investigadora, fosse possível a visualização mental da imagem e conseqüentemente se abrisse caminho para o desenvolvimento da atividade. Em relação à audição, destaca-se o testemunho de mais dois participantes que no decorrer das explicações das atividades a desenvolver, mencionaram a sua dificuldade em ouvir, como pode ser visto quando dizem “Olhe tem que falar para este ouvido para eu conseguir perceber está bem?” (D.B2/P2); “O médico disse que tenho um problema, não me lembro

do nome, mas por vezes a audição é muito complicada, chega a dar mau estar porque envolve outras coisas também.” (D.B2/P3).

Continuando dentro dos obstáculos encontrados, foi possível identificar outra esfera, neste caso, relacionada com os bloqueios emocionais dos participantes. Começando pelo receio, este foi sentido numa fase inicial da implementação do projeto, onde um dos participantes comenta “Olhe que eu não sei nada disso, não percebo dessas coisas assim...” (D.B1/P1), sendo possível interpretar este receio com o facto de ser algo novo para o participante, nunca tendo experienciado algo similar. Já no caso de três participantes em particular, foi possível detetar algum desânimo ao referirem “Estava para desmarcar a nossa sessão de hoje, não estou muito bem, o dia não está a correr bem.” (D.B3/P3); “Querida, hoje não estou muito bem, recebi um telefonema sobre umas análises e foi uma notícia não muito animadora...” (D.B3/P4); “Desde que parei de trabalhar e os filhos estão mais que criados, fiquei sem vontade para fazer nada, não me apetece, e este por acaso foi o único projeto que desenvolvi para depois dar aos meus netos!” (D.B2/P8), verificando-se que este sentimento se originou a partir de fatores externos ao desenvolvimento do projeto, podendo-se encontrar, assim, um sentido para a promoção do combate deste tipo de sentimentos através das atividades desenvolvidas. A tristeza foi outro bloqueio emocional encontrado, principalmente no desenvolvimento das atividades da 2ª e 3ª Sessão onde as participantes partilharam pensamentos como “Nem sempre foram momentos bons, aliás, foram bons naquele momento, mas hoje já não os vejo assim...” (D.B2/P3); “Não consigo mesmo, não tenho vontade, até tenho uma coisa que comecei, mas não tenho vontade de acabar já viu? Agora que tenho tempo não faço.” (D.B2/P8), ao refletirem durante as atividades e identificarem o seu estado de espírito perante situações passadas, ou por outro lado sobre o seu presente. No que concerne à baixa autoestima, exemplifica-se a situação de uma participante ao dizer “Oh Márcinha, eu acho que isto não vai ficar lá grande coisa, eu faço..., mas isto deve ficar mal no fim, não devo estar a fazer isto com deve de ser.” (D.B4/P5) verificando-se que a participante não se sentia segura das suas capacidades, partindo do princípio de que o seu trabalho não iria produzir bons resultados. Por último, na categoria voltada para os bloqueios emocionais, a solidão apresentou-se no discurso de duas participantes, sobretudo quando as mesmas partilharam que “Parece que vivo sozinha, não fala comigo, acha isto normal? É como se estivesse sozinha.” (D.B3/P3); “O meu marido já faleceu, e os filhos trabalham, então às vezes sou só eu... vou limpando a casa pronto.” (D.B2/P5), o que

coincide com a opinião de Paço (2016) ao sublinhar a solidão como um problema atual da nossa sociedade, sendo necessário que haja medidas que consigam combater este fenómeno social.

Em contraste, com o polo apresentado anteriormente, no que diz respeito aos pontos positivos identificados, estes fundem-se com a implementação das atividades desenvolvidas ao longo do projeto de intervenção, onde a participação e o desempenho fomentaram a identificação do interesse dos participantes, quando surgiram comentários como “isto é muito interessante, gosto disto, que giro, nunca tinha feito algo assim!” (D.B3/P6); “Ah sim, sim, estou a perceber, faz-nos pensar! Os outros participantes também fizeram isto?” (D.B3/P4); “Isto é bom, uma pessoa fica entretida, distrai-me, é interessante.” (D.B3/P5), de curiosidade ao serem utilizadas expressões como “Eh, lá, eu nunca tive uma dessas, deixe cá ver bem.” (D.B4/P1); “A sério? Uma máquina? E vou poder tirar fotografias?! Que bom sempre gostei, queria muito ter uma destas!” (D.B4/P6); “E eu é que vou tirar as fotografias? Como é que essa funciona? Eu tiro, eu tiro!” (D.B4/P7). Notou-se também a prevalência da motivação e a força de vontade, apesar dos obstáculos já mencionados anteriormente, especialmente no discurso de alguns participantes durante o desenvolvimento das diferentes atividades, “Este senhor é um exemplo, eu também jogava ténis... com a idade dele não diria que tinha assim tanta força!” (D.B3/P7); “É uma inspiração, dá vontade de criar e encontrar a criatividade em nós.” (D.B3/P6); “olhe é uma grande admiração, sim senhor!” (D.B3/P4); “Eu por acaso até já pensei, seria interessante até mesmo convidar pessoas para trabalharmos aqui em casa, assim num ambiente criativo e de companhia.” (D.B7/P8). Não menos relevante, foi de igual modo, possível perceber de que forma as atividades também influenciaram os participantes ao nível da sua autoestima e autonomia, sobretudo quando os próprios se aperceberam das suas qualidades e da sua capacidade para fazer mais do que pensavam conseguir, especialmente quando comentaram “Olhe não esperava, até ficaram interessantes, fui eu que tirei, que bem!” (D.B5/P1); “Até ficaram muito boas, com a sua motivação consegui, ficou um bom resultado, não tinha ideia que tinha conseguido tirar assim, que bonitas!” (D.B5/P5); “Muito bem, obrigada, gostei tanto, ficaram tão lindas, significam tanto para mim, a sério!” (D.B5/P6).

Nesta linha de pensamento, pode-se dizer que o projeto de intervenção revelou uma ampla abordagem com resultados visíveis na promoção de pontos positivos contínuos ao longo das atividades desenvolvidas. Os desafios enfrentados pelos participantes, como as

dificuldades físicas, visuais e auditivas, destacados na tabela de análise temática acima apresentada, assim como os bloqueios emocionais tais como o receio, o desânimo e solidão, foram abordados de forma proativa e adaptativa, tendo sempre em mente o bem-estar dos participantes e as suas necessidades. Ao mesmo tempo que se fomentou, através das atividades realizadas, um conjunto de pontos positivos nomeadamente, o interesse, a motivação e autoestima dos participantes, de igual forma representados na **tabela 4**.

3.4.2 ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA FINAL

No sentido de fazer um seguimento do impacto do projeto desenvolvido com os participantes do SAD do LAPI Centro, entendeu-se como pertinente a realização de uma entrevista semiestruturada final com os participantes, após a realização das sessões e implementação das atividades planificadas. Neste âmbito procurou-se entender de que forma o projeto contribuiu para o bem-estar dos participantes, assim como as suas perceções para participações futuras em projetos similares. Através das respostas dadas durante as entrevistas realizadas, foi possível dar origem à tabela abaixo apresentada, estando organizada pelos temas, categorias e subcategorias originadas do conteúdo recolhido.

Tabela 5 - Tabela de análise Temática das Entrevistas Semiestruturadas Finais aos Participantes do SAD

| TEMAS | CATEGORIAS | SUBCATEGORIAS |
|---|--|---------------------------|
| Participação no Projeto de Intervenção | Sentimento sobre o projeto | Bem-estar/ Boa disposição |
| | | Entretenimento |
| | | Entusiasmo |
| | Impacto do Projeto na rotina dos participantes | Positivo |
| | | Experiência diferente |
| | | Importante |

| | | |
|--|---|--|
| Atividades desenvolvidas durante o Projeto de Intervenção | Atividades cativantes | Álbum de fotografias (fotografia de Arquivo) |
| | | Trabalhar com máquina fotográfica |
| | | Associar Fotografias e sentidos (foto-eliciação) |
| | Atividades desinteressantes | Nenhuma |
| Projetos Futuros | Interesse em participar em projetos futuros | Projetos similares |
| | | Depende da vontade e disponibilidade |
| | | Projetos Novos |

Tendo sido possível a construção da grelha de análise de conteúdo (**Anexo 11**) através dos resultados obtidos das entrevistas semiestruturadas finais feitas aos participantes (**Anexo 10**), observa-se a existência de três grandes focos sendo eles a participação no projeto de intervenção, as atividades desenvolvidas durante o projeto e a opinião dos participantes em relação à sua participação em projetos futuros.

Deste modo, ao analisarmos os resultados recolhidos, pode-se compreender que todos os participantes apresentaram sentir-se bem, entretidos e entusiasmados, comprovando-se através dos seus testemunhos como “Senti-me bem foi bom, gostei muito, aquilo nunca mais me esqueço ó Márcia!” (P2); “Senti-me bem, confortável.” (P3); “Senti-me bem, senti-me bem, sim gostei.” (P4); “Olha senti-me muito bem, muito bem mesmo, gostei muito.” (P5) e “Senti-me bem, gostei sim senhor, gostei muito.” (P7), destacando também o entretenimento quando uma das participantes diz “Gostei, fiquei entretida, gostei!” (P8), e o entusiasmo ao ser partilhado pela participante que comentou “Gostei muito, estou muito satisfeita, muito entusiasmada para ver os resultados, para saber como é que

correram as coisas também para si e feliz por ter sido escolhida para participar nesse projeto.” (P6).

No que concerne o impacto do projeto na rotina dos participantes, foi possível destacar três pontos expostos durante as entrevistas, o primeiro sendo que o projeto se traduziu de forma positiva na rotina dos participantes, ao ser compartilhado que “Sim, sim, aquilo foram coisas que nunca mais me vou esquecer e é sempre positivo, é bom, eu gostei muito, gostei muito.”(P2); “Acho que sim, ajudou-me em dias que não estava tão bem.” (P3); “Gostei, sim foi positivo.” (P7). Outros expressaram-se através da diferença que o projeto teve na sua rotina, sendo o caso de duas participantes ao comentarem, “Talvez, em parte, se me dá satisfação eu ando mais bem-disposta e há alteração na minha rotina.” (P5); “Sim, nos dias em que estava consigo, foi alguma coisa diferente, conversámos e foi bom.” (P8). Destacou-se também a importância através da partilha da participante 6 ao expressar o seu ponto de vista, “Claro que sim, então foi alguém que eu recebi em minha casa, uma pessoa que eu não conhecia com quem eu simpatizei tanto, que fiquei tão feliz por ser escolhida, é claro que eu tinha que estar feliz e contente pelo convívio que tive e por ter conhecido, pronto foi mesmo muito importante para mim, mesmo, mesmo muito importante.”.

De modo a aprofundar o entendimento sobre a opinião dos participantes relativamente às atividades, em específico, desenvolvidas durante o projeto de intervenção, destacou-se pela positiva, que nenhum dos participantes achou as atividades desinteressantes, sendo que de uma forma geral todos partilharam de pensamentos similares como “Gostei de todas, todas!!” (P2); “Não, não houve nenhuma em específico, foi tudo positivo.” (P6); “Não, no geral gostei de todas.” (P8). No entanto, entendeu-se que uns identificaram-se mais com uma atividade em específico, sendo que no caso da atividade desenvolvida através do álbum de fotografias, os participantes explicaram que “Talvez a de falar das minhas fotografias, gostei de falar.” (P3); “Eram aquelas que me faziam recordar o passado mais longínquo do álbum de família, sim, sim. Porque fazia recordar, lembrar.” (P7); “De falar do meu livro de história de vida, mostrar e falar. Porque talvez tenha sido o único projeto que eu fiz, não sei se foi há 10 anos ou desde há 10 anos que estou reformada, foi há menos tempo, pronto foi uma coisa que me envolvi muito e deu-me muito gozo fazer, foi longo, mas talvez tenha sido por isso.” (P8). Outros destacaram o trabalho feito com a máquina fotográfica ao dizerem que “Em princípio gostei delas todas, até tenho pensado nisso, sim gostei daquela em que tirei as fotografias, tenho ali, quer

dizer porque foi tirado com a câmara, com uma máquina que eu nunca tinha tirado, nunca tinha tirado uma fotografia com uma máquina assim.” (P1); “A da de tirar fotografias com a câmara que trouxe, porque foi diferente, gostei.” (P4); “Eu gostei muito daquela em que eu tirei, porque pensava que estava afinal a tirar em vão, mas sempre ficou alguma coisa de bonito, pois foi uma coisa diferente e fui eu que tirei embora fosse a Márcia que me incentivasse, mas fui eu que tirei, e gostei mais dessas.” (P5). Para a participante 6, notou-se o seu gosto pela atividade onde se desenvolveu a associação de fotografias com sentidos, ao que a mesma explica “Gostei muito daquela de ver as fotografias e ver nas fotografias alguma coisa, tirar delas um sentido, procurar ver o que é que elas eram, o que é que lá estava, o que é que me diziam a mim as fotografias, analisar o que é que eu via em cada uma delas, porque fez refletir exatamente.”.

Por último, com o intuito de compreender a importância do desenvolvimento de mais projetos voltados para o SAD, procurou-se analisar o interesse dos participantes na sua envolvimento com projetos futuros, no qual foi possível dividir as opiniões em três focos, uns participantes mostraram interesse por projetos similares, expressando que “Atão não gostava, gostava, pois, gostava muito!” (P2); “Sim, sim gostava que houvesse mais coisas desse género no futuro.” (P4). Outros demonstraram interesse, mas dependendo da sua vontade e disponibilidade, o que se pode associar à necessidade de incentivar os clientes de SAD a experimentarem novos desafios, pois muitas vezes o que os impede de participar traduz-se no desconhecimento e a falta do primeiro passo. Neste sentido, alguns participantes explicaram, “Ah se eu tivesse assim vagar ou boa disposição para a coisa, quer dizer sim, sim se tiver com vagar.” (P1); “Talvez se a saúde me permitir!” (P3). Por último destacou-se o interesse até por projetos novos, voltados para mais atividades diversificadas, mostrando interesse e curiosidade pelo desenvolvimento de outros projetos, “É sempre bom, coisas novas, exatamente.” (P7).

Através dos resultados recolhidos, da sua exposição e análise, é possível observar a forma como o desenvolvimento do projeto apoiado em atividades voltadas para a fotografia participativa impactou os participantes, principalmente ao ser possível criar um ambiente de bem-estar e convívio com os mesmos, apesar dos obstáculos enfrentados. Foi possível trabalhar as suas emoções, sentimentos e reflexões, não ignorando as situações negativas, mas sim compreendê-las e trabalhá-las para que seja possível a promoção da serenidade nas suas vidas, incentivado ao desenvolvimento de atividades ou hobbies que lhes proporcionem felicidade, alívio e distração, munindo-os de autoestima e confiança nas

suas capacidades, mostrando que ao adaptarmos a nossa realidade às situações, é possível fazer mais do que se espera. Consequentemente através destes resultados, a importância do desenvolvimento de atividades mostra-se importante.

CAPÍTULO IV – CONCLUSÕES

Ao longo do presente relatório de projeto, foi possível evidenciar a urgência da promoção do bem-estar da população idosa, especialmente cada vez mais devido ao crescente número da população envelhecida em Portugal e à baixa taxa de natalidade e de mortalidade (Fonseca, 2005), notando-se também um aumento de fenómenos sociais ligados ao isolamento social e à solidão, sendo que uma das faixas etárias mais afetada abrange a população idosa (Paço, 2016).

Neste âmbito notou-se e reforça-se a necessidade de encontrar mais estratégias e ferramentas que sejam capazes de proporcionar um ambiente propício à promoção da qualidade de vida do idoso, tendo em conta as suas necessidades e não esquecendo que, enquanto sociedade, existe a responsabilidade de fomentar a criação de equipamentos sociais capazes de corresponder a essas carências, promovendo a segurança e acessibilidade dos mais velhos, enquanto órgãos pertencentes da sociedade e dignos de um envelhecimento ativo (Paúl, 2017). Nesta mesma linha de pensamento, através da investigação desenvolvida no presente relatório, destaca-se a importância do desenvolvimento de estratégias voltadas para o SAD. Na sua generalidade, esta resposta social foca-se de forma positiva no auxílio do idoso, oferecendo serviços voltados para o seu estado físico, proporcionando alimentação, cuidados direcionados para a sua higiene pessoal e da sua residência, ao domicílio. No entanto, e de acordo com Sousa (2016), também se mostra essencial voltar este apoio para as necessidades do foro emocional dos clientes de SAD, criando oportunidades para o desenvolvimento de atividades capazes de dar resposta tanto a nível físico como a nível emocional, tendo em conta as particularidades dos clientes e as suas necessidades. O que até ao momento ainda se nota num número insuficiente relacionado com a movimentação e incentivo de mais projetos e recursos voltados para este âmbito. Não tanto centrado no assistencialismo, é preciso ter em conta as outras esferas da vida do idoso, criar atividades que possam ir de encontro

com o perfil do cliente, proporcionar atividades de animação possíveis de desenvolver no seu domicílio e não apenas deslocar o idoso até à instituição (Jacob, 2012).

Acredita-se, e em conformidade com o que foi falado ao longo do corpo do relatório, que na procura de atividades que possam beneficiar os clientes do SAD, destaca-se a importância da animação artística para o bem-estar da população idosa. Através das artes, num prisma voltado para a intervenção em animação, é possível encontrar um conjunto de aptidões na pessoa idosa, a partir da exploração da criatividade, das opiniões e gostos, enquanto se proporciona um ambiente apelativo ao diálogo e comunicação, até mesmo ao autodescobrimento do seu próprio ser e ao sentido da sua vida (Fontes, 2015). Por outro lado, sublinha-se a necessidade de alimentar a importância da animação artística e os seus benefícios, podendo ter ainda mais destaque e valorização nestes contextos (Sousa et al. 2021), sendo que realmente se mostram bastante benéfica na intervenção, não só com idosos, mas todos os públicos-alvo.

Como foi possível observar ao longo das planificações das atividades desenvolvidas, dentro deste projeto de intervenção, optou-se pelo apoio da fotografia participativa como base instrumental para a intervenção, devido às suas características interventivas, onde se incita a envolvimento do indivíduo com aquilo que o rodeia, promovendo a reflexão e compreensão dos seus pensamentos e emoções, e por conseguinte capaz de promover uma mudança positiva na suas perceções e na sua forma de estar na vida, contribuindo para o seu bem-estar prolongado (Lopes, 2019). Para além da sua elasticidade para trabalhar com várias faixas etárias, a fotografia participativa com o idoso mostra-se como um meio familiar, sendo que os mesmos apresentam uma grande ligação voltada para as suas histórias através da fotografia (Justo & Justo, 2012), o que se mostra uma mais-valia no desenvolvimento de atividades alicerçadas com a fotografia.

Ao se refletir sobre a questão de investigação construída para este estudo, “quais os contributos da fotografia participativa na promoção do bem-estar dos clientes do Serviço de Apoio Domiciliário?”, compreende-se a sua resposta através dos objetivos delineados no corpo do relatório, sendo que os mesmos foram conseguidos, através da compreensão do contexto dos participantes, ao ter sido realizadas as entrevistas semiestruturadas de diagnóstico tanto com a D.T, como com os participantes de SAD. Na planificação e implementação das atividades apoiadas na fotografia, tendo sido elaboradas em atenção às necessidades e interesses dos participantes. Na avaliação do contributo do projeto na

promoção do bem-estar, a partir das entrevistas semiestruturadas realizadas no final do projeto de intervenção.

Os resultados recolhidos ao longo do desenvolvimento do projeto, demonstram, portanto, o potencial da fotografia participativa como instrumento de promoção do bem-estar dos idosos, da importância da inclusão social e da autorreflexão, potencializando também o bem-estar físico dos indivíduos.

Através da análise dos dados, foi possível observar melhorias na rotina dos participantes e melhorias contínuas no âmbito de projetos futuros. Guiando-se na sinergia da teoria e da prática, este trabalho reforça a importância da união dos saberes entre disciplinas e criatividade na promoção do combate a problemas sociais vivenciados. Nos dias de hoje, sublinha-se de igual modo a importância e o papel da animação artística no SAD e o caminho ainda a percorrer de forma a melhorar e levar projetos similares a este público-alvo.

4.1 LIMITAÇÕES DO ESTUDO

No que concerne às limitações do estudo, durante a pesquisa bibliográfica, encontrou-se alguns obstáculos no que concerne à informação sobre a animação artística ao domicílio, sendo que ainda existe muito a sua ligação ao desenvolvimento de atividades artísticas mais abordado noutras respostas sociais, como é o caso dos centros de dia, os centros ocupacionais e as estruturas residenciais para pessoas idosas, por exemplo.

Outro ponto que se pode destacar, enquanto limitação do estudo, remete-nos nomeadamente para a interpretação dos participantes em relação a algumas questões feitas no decorrer da entrevista semiestruturada inicial. Entendeu-se que numa das perguntas todos os participantes interpretaram a palavra “desafios” como algo positivo, sendo que o que se pretendia saber encontrava-se na esfera das dificuldades e não de incentivos. No entanto foi possível retificar esta situação ainda mesmo no decorrer das entrevistas, sendo que a investigadora reformulou a questão feita de modo que os participantes entendessem o que se procurava saber.

Apesar de ter sido possível a adaptação das atividades a todas as circunstâncias e necessidades apresentadas pelos participantes, pode-se considerar como uma limitação, o facto de um dos participantes se encontrar acamado com vários problemas de saúde, por outro lado, este demonstrou-se ser um dos mais participativos e dedicados ao longo de todas as sessões, comprovando que apesar do seu estado de saúde física, é possível integrar projetos de intervenção artísticas e participar nas atividades propostas, desde que sejam tomadas as medidas necessárias para acomodar as particularidades dos participantes.

Por último, talvez o maior desafio enfrentado ao longo da implementação deste projeto se traduz na conciliação de horários e disponibilidades dos participantes, assim como possíveis imprevistos. Apesar de ser um trabalho importante e relevante para os dias de hoje, é também algo a ser planeado com atenção e cuidado de forma a ser possível a sua implementação.

4.2 PROPOSTAS PARA ESTUDOS FUTUROS

No seguimento das atividades desenvolvidas ao longo do projeto de intervenção, seria importante continuar a levar até aos clientes do SAD do LAPI Centro, projetos relacionados com a animação artística, tendo em consideração que muitos deles, não só os participantes deste projeto, tem ou tiveram algum tipo de conhecimento ou experiência com as artes, o que nos remete para as várias potencialidades que poderiam advir deste tipo de estudos e projetos feitos a pensar neste público-alvo.

Admite-se, portanto, as vantagens advindas deste estudo e similares, o impacto positivo que nasce da envolvência do idoso com estímulos e incentivos, capazes de fornecer as ferramentas certas para que estes se sintam uteis, compreendidos, e confortáveis nesta fase da vida, que por vezes leva a que alguns percam o significado da sua vida e se acomodem a uma realidade que não era a planeada. Em suma nota-se importante o desenvolvimento de estudos voltados para estes temas de forma a encontrar novas soluções e cada vez mais adaptadas às circunstâncias que a sociedade enfrenta, estudos que fomentem ideias e mecanismos que contribuam para a promoção do bem-estar do idoso.

Referências Bibliográficas

- Aires, L. (2011). *Paradigma Qualitativo E Práticas de Investigação Educacional*. Universidade Aberta. <http://hdl.handle.net/10400.2/2028>
- Anica, A., Fragoso, A., Ribeiro, C., & Sousa, C. d. (2014). *Envelhecimento Ativo e Educação*. Universidade do Algarve. <https://doi.org/ISBN:978-989-8472-35-9>
- Anjos, P. W., & Ferreira, N. P. (2020). O ato fotográfico a partir do olhar. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, 23(4), 857-876. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1590/1415-4714.2020v23n4p857.11>
- Araújo, G. C., & Oliveira, A. A. (2013). A Linguagem Artística na Educação de jovens e Adultos: Alguns apontamentos. *Revista Diálogos*. <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/revdia/article/view/2726>
- Auken, P. M., Frisvoll, S. J., & Stewart, S. I. (2010). Visualising community: using participant-driven photo-elicitation for research and application. *Local Environment*, 15(4), 373-388. <https://doi.org/10.1080/13549831003677670>
- Azeredo, Z. d., & Afonso, M. A. (2016). Solidão na perspectiva do idoso. *19(2)*, 313-324. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/1809-98232016019.150085>
- Baptista, I. (2012). Pedagogia Social: um campo plural de investigação e intervenção. *Cadernos de Pedagogia Social*, 4, 5-8. <https://revistas.ucp.pt/index.php/cpedagogiasocial>
- Batista, B., Rodrigues, D., Moreira, E., & Silva, F. (2021). Técnicas de recolha de Dados em Investigação: Inquirir por questionário e/ou Inquirir por entrevista? Em A. Alves, A. Nascimento, A. Ulhôa, B. Batista, C. Capela, C. Venturine, . . . P. d. Silva, *Reflexões em Torno de Metodologias de Investigação recolha de dados* (pp. 13- 36). UA Editora. <https://doi.org/10.34624/ka02-fq42>
- Bignante, E. (2010). The use of photo-elicitation in field research Exploring Maasai representations and use of natural resources. *EchoGéo*, 11. <https://doi.org/10.4000/echogeo.11622>

- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (2013). *Investigação Qualitativa em Educação Uma Introdução à Teoria e aos Métodos*. Porto Editora.
- Bull, S. (2009). *Photography*. Routledge.
- Burmester, C. F. (2006). *Fotografia - do Analógico para o Digital Um estudo das transformações no campo da produção de imagens fotográficas*. Universidade de São Paulo Escola de Comunicação e Artes Departamento de Comunicações e Artes. <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/27/27152/tde-24102006-145909/publico/mestradoFinal.pdf>
- Cabral, M. V., Ferreira, P. M., Silva, P. A., Jerónimo, P., & Marques, T. (2013). *Processos de Envelhecimento em Portugal*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/24456>
- Canastra, F., Haanstra, F., & Vilanculos, M. (2014). *Manual de Investigação Científica da Universidade Católica de Moçambique*. Craft Chadambuka.
- Carneiro, R., Chau, F., Soares, C., Fialho, J. d., & Sacadura, M. J. (2012). População Idosa e a Situação de isolamento. *Povos E Culturas*(16), 97-134. <https://doi.org/10.34632/povoseculturas.2012.8903>
- Carvalho, M. I., & Almeida, M. J. (2014). Contributo para o desenvolvimento de um modelo de proteção social na velhice em Portugal. http://www.app.com.pt/wp-content/uploads/2014/07/Artigo_Contributo-para-o-desenvolvimento-de-um-modelo-de-prote%C3%A7%C3%A3o-social-na-velhice-em-Portugal_M%C2%AAIC-e-MJA.pdf
- Catanho, A. P. (2011). *Envelhecimento Activo: Um Desafio para os Idosos Não Institucionalizados*. Universidade da Madeira. <http://hdl.handle.net/10400.13/296>
- CGTP Intersindical Nacional. (2011). O Direito à Segurança Social. <https://www.cgtp.pt/images/stories/imagens/2011/11/estado/06segurancasocial2.pdf>

- Chaves, R. (2016). *"Nunca Pensei Ser Artista!" Photovoice como forma de intervenção pelo bem-estar de pessoas idosas*. Escola Superior de Educação e Ciências Sociais Instituto Politécnico de Leiria. <http://hdl.handle.net/10400.8/2382>
- Chaves, R. (2021). A Fotografia na Intervenção Psicologia e Social. Em J. Sousa, M. J. Santos, L. G. Magueta, M. d. Lopes, & L. Brites, *Emoções, Artes e Intervenção - Perspetivas Multidisciplinares* (pp. 113-129). Edições Almedina.
- Correia, A. C. (2010). *Animação Sociocultural: Uma forma de Educação Permanente e ao Longo da Vida para um Envelhecimento Activo*. Universidade do Minho Instituto de Educação. <https://www.proquest.com/openview/001768f003c4e96a2506fd6b4299ce28/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>
- Correia, A. R. (2013). *A Animação Sociocultural e o trabalho com Idosos- Uma experiência num Centro de Dia*. Universidade do Porto - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/87460/2/162401.pdf>
- Correia, H. C. (2019). *Capacitação de Cuidadoras Formais das Instituições Particulares de Solidariedade Social para a prestação de cuidados a pessoas idosas dependentes em contexto domiciliário*. Escola Superior de Enfermagem de Lisboa. <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/32156>
- Coutinho, C. P. (2013). *Metodologia de Investigação em Ciências Sociais e Humanas teoria e prática (2ª Edição)*. Edições Almedina.
- Coutinho, C. P., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. J., & Vieira, S. (2009). Investigação-Ação: Metodologia Preferencial nas Práticas Educativas. *Psicologia, Educação e Cultura*, XIII(2), 455-479. https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/10148/1/Investiga%3%a7%3%a3o_Ac%3%a7%3%a3o_Metodologias.PDF
- Dardengo, C. F., & Mafra, S. C. (2018). Os conceitos de velhice e envelhecimento ao longo do tempo: contradição ou adaptação? *Revista de Ciências Humanas*, 18(2), 1-23. <https://www.semanticscholar.org/paper/Os-conceitos-de-velhice-e>

envelhecimento-ao-longo-Dardengo-
Mafra/3f646b848e3da6085eebe27389d50e0aa058fc4

- Dávila, J. (2020). A fotografia como Método de Pesquisa: Falando o não dito. Uma experiência com catadores na cidade de São Paulo. Em *Catadores e Espaços de (In)visibilidades* (pp. 251-268). Edgard Blücher Ltda. <https://doi.org/10.5151/9788580394108-14>
- Daw, M. (s.d). See it Our Way Participatory photography as a tool for advocacy. <https://www.betterevaluation.org/sites/default/files/ppforadvocacy.pdf>
- DGSSFC. (2006). Respostas Sociais - Nomenclaturas/Conceitos. https://observatorio-lisboa.eapn.pt/ficheiro/Conceitos_das_Respostas_Sociais.pdf
- Dick, B. (2002). *Action and Research*.
- Diego, C. (2020). *O Lugar da Fotografia no Arquivo*. Universidade de Lisboa Faculdade de Letras. https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/44440/1/ulfl278205_tm.pdf
- Ferreira, E. S. (2017). *Cuidar em parceria da pessoa idosa dependente Um estudo de caso com cuidadores formais e cuidadores familiares em contexto de apoio domiciliário*. Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. https://iconline.ipleiria.pt/bitstream/10400.8/2652/1/Cuidar%20em%20parceria%20da%20pessoa%20idosa%20dependente_Disserta%c3%a7%c3%a3oMestrado_EUNICE.pdf
- Ferreira, S. P. (2021). *A fotografia como Lugar de Memória*. Universidade do Minho Instituto de Ciências Sociais. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/79313/1/Susana%20Patricia%20da%20Silva%20Ferreira.pdf>
- Ferro, L. (2017). *Ao encontro da sociologia visual*. Sociologia: Revista Da Faculdade De Letras Da Universidade Do Porto. <https://ojs.letras.up.pt/index.php/Sociologia/article/view/2398>
- Figueiredo, M. d., Gutierrez, D. M., Darder, J. J., Silva, R. F., & Carvalho, M. L. (2021). Cuidadores formais de idosos dependentes no domicílio: desafios vivenciados.

Ciênc. Saúde Colet., 26(1), 38-46. [https://doi.org/ 10.1590/1413-81232020261.32462020](https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.32462020)

Fonseca, A. M. (2005). Envelhecer em Portugal Um olhar psicológico. *Povos E Culturas*(10), 65-80. <https://doi.org/10.34632/povoseculturas.2005.8809>

Fontes, A. (2015). As Artes enquanto estratégias de Intervenção da Animação Sociocultural na Terceira Idade. *Quaderns D'Animació I Educació Social*(22). [https://doi.org/ISSN: 1698-4404](https://doi.org/ISSN:1698-4404)

Fraga, C. A., & Zingano, E. M. (2015). Fotografia: Linguagem visual. 3(1), 51-72. <https://core.ac.uk/download/pdf/228914425.pdf>

Fragoso, M. A. (2020). *Satisfação com a vida, autoestima e solidão no idoso. Um estudo em Vila Nova de Santo André (Ser e EnvelheSer)*. Escola Superior de Educação Instituto Politécnico de Coimbra. https://comun.rcaap.pt/bitstream/10400.26/34533/1/MONICA_FRAGOSO.pdf

Freitas, M. C., Queiroz, T. A., & Sousa, J. A. (2010). O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 44(2), 407-410. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=361033304024>

Freitas, P. d. (2011). *Solidão em Idosos: Percepção em Função da Rede Social*. Universidade Católica Portuguesa Centro Regional de Braga Faculdade de Ciências Socias. <https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/8364>

Gaspar, P. (2012). Avaliação da Solidão em Pessoas Idosas: Evidências de um Estudo Empírico na Cidade do Porto. *Percursos & Ideias Revista Científica do ISCET*, 3&4, 79-95. https://percursoseideias.iscet.pt/index.php/pi_2011-12_n03-04_ss08-2/

Gomez, J. A. (2011). A investigação-ação como processo metodológico na Animação Sociocultural. Em M. d. Lopes, *Metodologias de investigação em Animação Sociocultural*. INTERVENÇÃO - Associação para a promoção e divulgação cultural/ Chaves.

- Gonçalves, C. D. (2015). Envelhecimento Bem-Sucedido, Envelhecimento Produtivo e Envelhecimento Ativo: Reflexões. *Estud. interdiscip. envelhec*, 20(2), 645-657. https://www.researchgate.net/publication/308962317_Goncalves_C_D_2015_Envelhecimento_bem-sucedido_envelhecimento_produtivo_e_envelhecimento_ativo_reflexoes_Estudos_Interdisciplinares_sobre_o_envelhecimento_20_2_645-657
- Guerra, I. C. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo: sentidos e formas de uso*. Principia Editora.
- Hall, A. C. (2020). *The Camara as Actor Photography and the Embodiment of Technology*. Taylor & Francisco Ltda.
- Harper, D. (2002). Talking about pictures: a case for photo elicitation. *Visual Studies*, 17(1). <https://doi.org/10.1080/14725860220137345>
- Instituto Nacional de Estatística. (29 de março de 2017). Projeções de População Residente em Portugal. *Mantém-se o agravamento do envelhecimento demográfico, em Portugal, que só tenderá a estabilizar daqui a cerca de 40 anos*, pp. 1-19. https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=277695619&DESTAQUESmodo=2
- Jacob, L. (2012). *Animação de idosos: Novas actividades*. Mais Leituras Editora. <https://doi.org/ISBN: 978-989-97524-4-3>
- Joly, M. (1994). *Introdução à Análise da Imagem*.
- Júnior, P. M., & Gomes, R. M. (2013). Da linguagem e história fotográfica: o nascimento estilístico de um novo fotógrafo. *Revista Temática*(9). <https://periodicos.ufpb.br/index.php/tematica/article/download/21476/11858>
- Justo, J. S., & Justo, J. S. (2012). Tempo, Finitude, Velhice e Fotografia. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15(4), 101-116. <https://doi.org/ISSN 2176-901X>
- Kossoy, B. (2001). *Fotografia & história*. Atelie Editorial.

- Kowalski, M. P. (2013). O tempo na fotografia. https://cabodotrabalhos.ces.uc.pt/n10/documentos/6.1.3_Maria_Pereira_Kowalski.pdf
- Lacerda, A. L. (2012). A fotografia nos arquivos: produção e sentido de de documentos visuais. *História, Ciências, Saúde-Maginhos*, 19(1), 283-302. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/S0104-59702012000100015>
- Larcher, L. (2019). O diário de bordo e suas potencialidades pedagógicas. *ouvrouver*, 15(1), 100-111. <https://doi.org/10.14393/OUV24-v15n1a2019-7>
- Leitão, C. (2021). A entrevista como instrumento de pesquisa científica em Informática na Educação: planejamento, execução e análise. Em M. Pimentel, & E. Santos, *Metodologia de pesquisa científica em Informática na Educação: abordagem qualitativa* (Vol. 3). Editora Albatroz.
- Leitão, M. M., & Lopes, J. M. (2013). Animação, património e território : a animação artística ao serviço da comunidade. *EDUCARE/EDUCERE: Revista da Escola Superior de Educação*(1), 25-39. <http://hdl.handle.net/10400.11/2653>
- Lima, M. P. (2010). *Envelhecimento(s)*. Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Loeffler, T. (2004). A Photo Elicitation Study of the Meanings of Outdoor Adventure Experiences. *Journal of Leisure Research*, 36(4), 536-556. <https://doi.org/10.1080/00222216.2004.11950035>
- Lopes, L. M. (2019). *A fotografia como meio de expressão e de intervenção*.. Escola de Educação e Ciências Sociais Instituto Politécnico de Leiria. <http://hdl.handle.net/10400.8/4552>
- Lopes, L. M. (2019). *A fotografia como meio de expressão e de intervenção, pelo olhar de crianças*. Escola Superior de Educação e Ciências Sociais Instituto Politécnico de Leiria. <http://hdl.handle.net/10400.8/4552>
- Loureiro, A. C. (2020). *Projeto de Fotografia Participativa em Tempos de Pandemia*. Universidade de Coimbra. https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/93777/1/AnaLoureiro_versaofinal.pdf

- Ludke, M., & André, M. E. (1986). *Pesquisa em Educação Abordagens Qualitativas*. Editora Pedagógica e Universitária.
- Madio, T. C. (2012). Uma Discussão dos Documentos Fotográficos em Ambiente de Arquivo. Em M. Valentim, M. Moro-Cabero, T. Madio, J. Bronal-Zazo, M. Bizello, M. Freitas, . . . N. Nascimento, *Estudos avançados em Arquivologia* (pp. 55-68). Cultura Acadêmica Editora.
- Maia, F. (1985). Conceito e Modelos de Política Social.
- Manini, M. P. (2008). A fotografia como registro e como documento de arquivo. *Gestão em Arquivologia: abordagens múltiplas, 1*, 119-183.
- Manzini, E. J. (2004). Entrevista Semi-Estruturada: Análise de Objetivos e de Roteiros. *Seminário Internacional sobre Pesquisa e Estudos Qualitativos, 2*, 1-10. https://www.marilia.unesp.br/Home/Instituicao/Docentes/EduardoManzini/Manzini_2004_entrevista_semi-estruturada.pdf
- Marinho, H. I. (2013). *Serviço de Apoio Domiciliário: Práticas e Dinâmicas na Ótica do utente*. Instituto Superior Bissaya Barreto. https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/29499/1/Servi%C3%A7o%20de%20Apoio%20Domicili%C3%A1rio_pr%C3%A1ticas%20e%20din%C3%A2micas%20na%20%C3%B3tica%20do%20utente.pdf
- Martins, C. (2013). Imagem Fotográfica como uma Forma de Comunicação. <https://www.bocc.ubi.pt/pag/martins-celia-2013-imagem-fotografica-como-uma-forma-de-comunicacao.pdf>
- Martins, C. S. (2018). *Envelhecer Ativamente: um projeto de promoção da*. Universidade do Minho Instituto de Educação. <https://hdl.handle.net/1822/59571>
- Martins, H. H. (2004). Metodologia qualitativa de pesquisa. *Educação e Pesquisa, 30*(2), 289-300. <http://educa.fcc.org.br/pdf/ep/v30n02/v30n02a07.pdf>
- Matos, M. (2006). Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo Sentido e formas de uso. *Cidades Comunidades e Territórios*(12/13), 203-210. <https://revistas.rcaap.pt/cct/article/view/9241/6688>

- Medeiros, E., & Alencastro, B. (2018). #Filmisnotdead: o Resgate da Memória Afetiva na Fotografia Analógica. *Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS, São Leopoldo, RS*.
<https://portalintercom.org.br/anais/nacional2018/resumos/R13-1022-1.pdf>
- Meirinho, D. (2016). *Olhares em Foco Fotografia participativa e empoderamento juvenil*. Editora LabCom.IFP.
https://www.labcom.ubi.pt/ficheiros/201607081638-201605_dmeirinho_olharesfoco.pdf
- Meirinho, D., & Januário, S. B. (2018). Fotografia participativa e relações de gênero: uma experiência visual com mulheres guineenses. *Revista Fronteiras - estudos mediáticos*, 20(2), 252-264. <https://doi.org/10.4013/fem.2018.202.10>
- Meo, A. I. (2010). Picturing Students' Habitus: The Advantages and Limitations of Photo-Elicitation Interviewing in a Qualitative Study in the City of Buenos Aires. *International Journal of Qualitative Methods*, 9(2), 149-171.
<https://doi.org/10.1177/160940691000900203>
- Mesquita, J. A. (2011). *Suporte Social e Redes de Apoio Social em Idosos*. ISPA Instituto Universitário Ciências Psicológicas Sociais e da Vida.
<https://core.ac.uk/download/pdf/70654375.pdf>
- Moran, M. J., & Tegano, D. W. (2005). Moving toward Visual Literacy: Photography as a Language of Teacher Inquiry. *ECRP Early Childhood Research & Practice*, 7(1). <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1084872.pdf>
- Neri, A. L. (2007). *Desenvolvimento E Envelhecimento - Perspectivas Biológicas, Psicológicas E Sociológicas*. Papirus.
- Neto, F., & Barros, J. (2001). Solidão em Diferentes Níveis Etários. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, 3.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22456/2316-2171.4670>
- Oliveira Jr., M. (2014). Aspectos Técnicos na Coleta de Dados Linguísticos Oraís. Em R. M. Freitag, *Metodologia de Coleta e Manipulação de Dados em Sociolinguística*

- (pp. 19-26). Editora Edgard Blücher. <https://doi.org/10.5151/BlucherOA-MCMDS-2cap>
- Oliveira, A. M., Gerevini, A. M., & Strohschoen, A. A. (2017). Diário de Bordo: Uma Ferramenta para o registro da alfabetização científica. *Revista Tempos e Espaços em Educação*, 10(22), 119-132. <https://doi.org/10.20952/revtee.v10i22.6429>
- Oliveira, E. M. (2006). Da fotografia analógica à ascensão da fotografia digital. *Comunicação e mercado*, 160-164. <http://bocc.ufp.pt/pag/oliveira-erivam-fotografia-analogica-fotografia-digital.pdf>
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. World Health Organization. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/7685>
- Paço, C. A. (2016). *"Solidão e Isolamento na Velhice" Um estudo realizado na Freguesia da Misericórdia em Lisboa*. ISCSP – Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas. <https://www.repository.utl.pt/bitstream/10400.5/13212/1/tese%20Carlos%20Pa%C3%A7o.pdf>
- Pais, J. C. (2020). *Um Retrato do Olhar - Conversas à volta de Fotografias*. Instituto Politécnico de Leiria Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. <http://hdl.handle.net/10400.8/5937>
- Pais, J. M. (2006). *Nos Rastos da Solidão. Deambulações Sociológicas*. AMBAR.
- Pardal, A. (2011). *Suporte Social, Sintomas de Ansiedade e Depressão e Satisfação com a Vida e Idosos sob Resposta Social*. Instituto Superior Miguel Torga. <https://repositorio.ismt.pt/server/api/core/bitstreams/c3888ca3-8d9e-4148-b673-41e68f0c0289/content>
- Paúl, C. (2017). Envelhecimento activo e redes de suporte social. *Sociologia: Revista Da Faculdade De Letras Da Universidade Do Porto*, 15. <https://ojs.letras.up.pt/index.php/Sociologia/article/view/2392>

- Pereira, J. D., Vieites, M. F., & Lopes, M. d. (2008). *A Animação Sociocultural e os Desafios do Século XXI*. Intervenção - Associação para a promoção e Divulgação Cultural.
- Pinheiro, Â. d., & Tamayo, Á. (1984). Conceituação e definição de solidão. *Revista de Psicologia*, 2(1), 29-37. <https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/10614>
- Pinheiro, E. M., Kakehashi, T. Y., & Angelo, M. (2005). O Uso de Filmagem em Pesquisas Qualitativas. *Revista Latino-am Enfermagem*, 13(5), 717-722. <https://www.scielo.br/j/rlae/a/rTXQQvSG5QDyfn5GpBzwvb/?lang=pt&format=pdf>
- Prins, E. (2010). Participatory photography: A tool for empowerment or surveillance? *Action Research*, 8(4), 426-443. <https://doi.org/10.1177/1476750310374502>
- Ribeiro, O. (2012). O envelhecimento “ativo” e os constrangimentos da sua definição. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*(2), 33-52. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=426539987004>
- Ribeiro, O., & Paúl, M. C. (2018). *Manual de Envelhecimento Ativo*. Lidel.
- Rodrigues, A. M. (2018). *Envelhecimento ativo, trajetórias de vida e ocupações na reforma*. Instituto Politécnico de Santarém. <https://repositorio.ipsantarem.pt/bitstream/10400.15/2280/1/Trabalho%20Final%20-%20Ana%20Miranda.pdf>
- Rodrigues, E. V. (2010). O Estado e as Políticas Sociais em Portugal: discussão teórica e empírica em torno do Rendimento Social de Inserção. *Sociologia: Revista do Departamento de Sociologia da FLUP*, XX, 191-230. <https://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/8794.pdf>
- Rodrigues, R. M. (2018). Solidão, um fator de risco. *Revista Portuguesa De Medicina Geral E Familiar*, 34(5), 334-338. <https://doi.org/https://doi.org/10.32385/rpmgf.v34i5.12073>
- Rosa, M. J. (2012). *O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.

- Rose, G. (2016). *Visual Methodologies: An Introduction to Researching with Visual Materials*. SAGE Publications Ltd.
- Sampaio, R. C., & Lycarião, D. (2021). *Análise de conteúdo categorial: manual de aplicação*. Enap.
https://repositorio.enap.gov.br/bitstream/1/6542/1/Analise_de_conteudo_categorial_final.pdf
- Santos, A. d., Jesus, G. d., & Battisti, I. (2021). Entrevista Semi-Estruturada: Considerações Sobre esse Instrumento na Produção de Dados em Pesquisas com Abordagem Qualitativa. *A Transversalidade da Ciência, tecnologia e inovação para o planeta*.
<https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaconhecimento/article/view/20805>
- Santos, A. G. (2020). *Cuidadores Informais, e agora! – O papel da mediação no cuidado prestado aos cuidadores informais*. Educação da Escola Superior de Educação de Coimbra.
https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/32706/1/ADRIANA_GALA_SANTOS.pdf
- Santos, M. d. (1994). *Velhice: Uma Questão Psico-Social*. Universidade Federal de Pernambuco.
- Santos, V., Amaral, L., & Mamede, H. (2013). Utilização do método Investigação-Ação na investigação em criatividade no planeamento de sistemas de informação. *Iberian Conference on Information Systems and Technologies (CISTI)*, 2, 104-111.
- Saraiva, D. M. (2011). *O olhar dos e pelos cuidadores: Os impactos de cuidar e a importância do apoio ao cuidador*. Faculdade de Psicologia e.
<https://estudogeral.uc.pt/handle/10316/17858>
- Scherbov, S., & Sanderson, W. (2019). *Measuring population ageing: bridging research and policy*.
https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/unpd_egm_201902_s1_sergeischerbov.pdf

- Segurança Social. (2023). *Apoios Sociais e Programas*. Segurança Social: <https://www.seg-social.pt/inicio>
- Sekula, A. (1982). On the Invention of Photographic Meaning. Em V. Burgin, U. Eco, A. Sekula, J. Tagg, & S. Watney, *Thinking Photography* (pp. 85-109). Palgrave Macmillan.
- Sequeira, C. (2018). *Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental*. Lidel.
- Serrano, G. P. (1998). Metodologias de Investigação em Animação Sociocultural. Em *Animação Sociocultural Teorias, Programas e Âmbitos* (pp. 101-119). Editorial Ariel.
- Severino, A. J. (2014). Dimensão ética da investigação científica. *Páxis Educativa*, 9(1), 199-208. <https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v.9i1.0009>
- Silva, I. (2019). *Do Digital ao Analógico Deslocamento e Metamorfose*. Universidade do Porto Faculdade de Belas Artes do Porto.
- Silva, I. d. (2014). *Emoções Visuais - Investigação semântica a partir da descontextualização da realidade*. IADE-U Instituto de Arte, Design e Empresa - Universitário. <http://hdl.handle.net/10400.26/6997>
- Silva, S. L. (2011). A fotografia e o processo de construção social da memória. *Ciências Sociais Unisinos*, 47(3), 228-231. <https://doi.org/10.4013/csu.2011.47.3.05>
- Simões, A. D. (2010). *A influência da animação artística na qualidade de vida dos idosos*. Instituto Politécnico de Bragança - Escola Superior de Educação. <https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/3592/1/Tese%20Alexandra.pdf>
- SNS 24. (10 de junho de 2023). *A solidão e o isolamento social*. SNS 24: <https://www.sns24.gov.pt/guia/a-solidao-e-o-isolamento-social/#o-que-e-o-isolamento-social>
- Sousa, J. (2016). *Cuidar da pessoa no seu todo: Animação no âmbito do SAD*. Universidade do Minho Instituto de Educação. <https://hdl.handle.net/1822/45399>

- Sousa, J. (2020). Emoções, Artes e Intervenção: os elementos estruturantes da Animação Artística. Em J. Sousa, M. J. Santos, & M. d. Lopes, *Emoções artes e Intervenção* (pp. 6-15). Escola Superior de Educação e Ciências Sociais — Politécnico de Leiria. <http://hdl.handle.net/10400.8/6627>
- Sousa, J. (2021). A Animação Artística na construção de um envelhecimento mais ativo e criativo. Em J. Sousa, M. J. Santos, L. G. Magueta, M. d. Lopes, & L. Brites, *Emoções, Artes e Intervenção - Perspetivas Multidisciplinares* (pp. 143-153). Edições Almedina.
- Sousa, J. G., Fontes, A., & Mesquita, M. (2021). A animação artística em contextos de institucionalização de pessoas idosas. Em 2.º *Caderno de Intervenção Cultural e Educação Artística - Pensar a ação em investigação e intervenção artística* (pp. 31-43). Edições Almedina.
- Souza, D. R. (2013). *A fotografia participativa como ferramenta de reflexão identitária: estudo de caso com jovens em contextos de exclusão social no Brasil e em Portugal*. Faculdade de Ciências Sociais e Humanas. <https://www.rcaap.pt/detail.jsp?locale=pt&id=oai:run.unl.pt:10362/10955>
- Tavares, F. d. (2006). Fotografia e Linguagem: Para Pensar a Comunicação. *Mediação, Belo Horizonte*(5), 143-159. <http://revista.fumec.br/index.php/mediacao/article/view/255>
- Thomas, M. E. (2009). Auto-Photography. *The Ohio State University, Columbus, OH, USA*. <https://booksite.elsevier.com/brochures/hugy/SampleContent/Auto-photography.pdf>
- Uhôa, A., Capela, C., Ribeiro, E., & Mota, M. (2021). Imagens que Contam Histórias: O Photovoice e a Foto-Elicitação na Investigação Qualitativa. Em *Reflexões em torno de Metodologias de Investigação recolha de dados* (pp. 53-72). UA Editora Universidade de Aveiro Serviços de Documentação, Informação Documental e Museologia. <https://doi.org/https://doi.org/10.34624/ka02-fq42>
- Uhôa, A., Capela, C., Ribeiro, E., & Mota, M. (2021). “Imagens que Contam Histórias: O Photovoice e a Foto-elicitación na Investigação Qualitativa. Em A. Alves, A. Nascimento, A. Uhôa, B. Batista, C. Capela, C. Venturine, . . . P. Silva, *Reflexões*

- em torno de Metodologias de Investigação: recolha de dados* (Vol. 2, pp. 53-68). UA Editora Universidade de Aveiro Serviços de Documentação, Informação Documental e Museologia. <https://doi.org/10.34624/ka02-fq42>
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs, & Population Division. (2017). *World Population Prospects: The 2017 Revision, Key Findings and Advance*. Working Paper No. ESA/P/WP/248. <https://desapublications.un.org/publications/world-population-prospects-2017-revision>
- Valente, C. A. (2010). *Participação Através da Animação Sociocultural: Intervenção com Idosos*. Universidade de Aveiro Departamento de Ciências da Educação. <https://www.proquest.com/openview/24ed9a43e5983d7e9e0345002d37769a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>
- Viegas, J. R. (2016). *O contributo da Animação na Qualidade de vida dos idosos do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Comunitário de Estoi*. Escola Superior de Educação e Comunicação. https://sapientia.ualg.pt/bitstream/10400.1/8659/1/JOANA%20RITA%20CORR%20EIA%20VIEGAS_rel%C3%B3rio%20final.pdf
- Vieira, J. (2016). O Papel da Intervenção Artística na Subversão de Comportamentos Disruptivos por parte de Crianças e Jovens provenientes de Contextos Vulneráveis – O Caso dos Chicago Boyz Acrobatic Team. Em A. Moderno, C. Mendes, D. Gabriel, E. R. Lopes, I. J. Sousa, J. Gonçalves, . . . R. Chaves, *Intervenção Cultural e Educação Artísticas* (pp. 153-166). Escola Superior de Educação e Ciências Sociais — Instituto Politécnico de Leiria (Núcleo de Investigação e Desenvolvimento em Educação). [https://doi.org/ISBN 978-989-8797-09-4](https://doi.org/ISBN%20978-989-8797-09-4)
- Vieira, R. (2011). *Educação e Diversidade Cultural Notas de Antropologia da Educação*. CIID, Instituto Politécnico de Leiria e Edições Afrontamento.
- World Health Organization. (2002). *Active Ageing*. <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/06/WHO-Active-Ageing-Framework.pdf>
- Wright, T. (1999). *The Photography Handbook*. Routledge.

ANEXOS

ANEXO 1 – CARTA DE APRESENTAÇÃO E PEDIDO DE COLABORAÇÃO

CARTA DE APRESENTAÇÃO E DE PEDIDO DE COLABORAÇÃO

Leiria, 24 de abril de 2023

ASSUNTO: Pedido de autorização para a realização da investigação/Projeto “Recordar é Viver” – Fotografia Participativa na promoção do bem-estar de utentes do Serviço de Apoio Domiciliário.

Exma. Responsável pelo Lar Adventista para Pessoas Idosas Centro (LAPI Centro):

O meu nome é Márcia Pires, sou Licenciada em Serviço Social e encontro-me a desenvolver um estudo no âmbito do Mestrado em Intervenção e Animação Artísticas da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria, sob a orientação da Professora Jenny Sousa e da Professora Maria Kowalski.

O cuidado deve ser algo feito no âmbito da observação, avaliação e escuta ativa da pessoa idosa, deve-se perceber acima de tudo a situação em que o utente se encontra. Este cuidado humanizado permite uma melhor intervenção e proporciona à pessoa um sentimento de confiança e segurança, que são essenciais para a construção de uma melhor qualidade de vida. O cuidado da pessoa idosa deve ser personalizado e adaptado às várias dependências que esta tenha, assim como as soluções encontradas devem estar constantemente sobre monitorização para que, se houver alguma alteração no estado do utente, se possa reconstruir os métodos de cuidado contínuo. (Farias, 2018)

“A fotografia é uma experiência significativa na qual se estabelece uma relação com o outro e com o meio, traduzindo-se num registo de um acontecimento que, de facto, existiu e que foi captado pela sensibilidade e conhecimento do seu autor.” (Lopes, 2019, p. 16)

A partir desta ideia, conseguimos ter uma noção de como a fotografia se pode traduzir numa expressão de emoções, olhar através do ponto de vista de quem faz a captura de um ou vários momentos, mostrando a sensibilidade por detrás da câmara.

Neste seguimento, o presente estudo pretende-se conhecer as necessidades dos utentes de SAD no acesso a atividades de animação artísticas, bem como as dinâmicas utilizadas para este público. Visa também identificar as perceções que um profissional da área apresenta sobre a promoção da animação ao domicílio, finalmente passa pela implementação de práticas que potenciem a criatividade e reflexão dos utentes através de atividades apoiadas na fotografia, assim como a promoção do bem-estar.

O estudo corresponderá à realização de visitas ao domicílio, registadas em papel, fotografia e vídeo, de pelo menos 6 utentes de SAD. Prevê-se que as visitas tenham início no mês de maio de 2023. Serão realizadas entrevistas aos utentes interessados em participar e à Diretora Técnica do LAPI Centro, sendo efetuado um registo áudio.

Atendendo às informações descritas, venho solicitar a V. Ex.^ª a colaboração e autorização para a implementação destes procedimentos na instituição que dirige. Esta colaboração é essencial para a elaboração da dissertação de mestrado mencionada, apresentando-se também como um contributo importante para a animação artística ao domicílio para esta população alvo.

Destaco, por fim, que, no presente estudo, serão salvaguardados todos os direitos de confidencialidade, de anonimato e de participação voluntária, assegurada pelo consentimento fornecido por cada um dos profissionais envolvidos.

Agradeço a sua colaboração para a realização desta investigação/projeto, encontrando-me ao dispor para qualquer esclarecimento adicional e, se necessário, para o agendamento de uma reunião presencial.

Atenciosamente,

Márcia Pires

ANEXO 2 – CONSENTIMENTO INFORMADO



Consentimento informado

Eu, _____ aceito participar de livre vontade no estudo da autoria de Márcia Pires (Aluna da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Politécnico de Leiria), orientado pela Professora Jenny Sousa e pela Professora Maria Kowalski, no âmbito da dissertação de Mestrado em Intervenção e Animação Artísticas.

Foram-me explicados e compreendo os objetivos deste estudo. Entendi e aceito participar no projeto de intervenção e responder a entrevistas que explorem questões caracterizantes do meu dia-dia e do do meu contacto com atividades artísticas, e com a fotografia, assim como as minhas opiniões sobre vários assuntos.

Compreendo que a minha participação neste estudo é voluntária, podendo desistir a qualquer momento, sem que essa decisão se reflita em qualquer prejuízo para mim.

Entendo, ainda, que toda a informação obtida neste estudo será estritamente confidencial e que **a minha identidade nunca será revelada em qualquer relatório ou publicação**, ou a qualquer pessoa não relacionada diretamente com este estudo, a menos que eu o autorize por escrito.

Concordo que tomei conhecimento que a entrevista será gravada em áudio e será transcrita para a elaboração do estudo e análise de dados.

Assinatura _____

Data __/__/__

ANEXO 3 – GUIÃO DE ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA À DIRETORA TÉCNICA



Guião de Entrevista – Diretora Técnica LAPI Centro

1. Informações Gerais: Sexo? Idade? Habilitações académicas? Área de atuação profissional? Vínculo com a Instituição? Tempo de serviço/colaboração na instituição?
2. Como surgiu o Lar Adventista para Pessoas Idosas Centro (LAPI Centro)?
3. Quais as respostas sociais desenvolvidas no LAPI Centro?
4. Quais são os maiores desafios de cada resposta social da sua instituição?
5. Que atividades artísticas são desenvolvidas no LAPI Centro?
6. Os utentes normalmente participam e mostram interesse nessas atividades?
7. As atividades são propostas pela instituição ou também existem propostas da parte dos utentes?
8. Na sua opinião, qual lhe parece ser o papel que as atividades artísticas têm na promoção do bem-estar físico e mental da população idosa?
9. Se tivesse de apresentar um conceito de SAD, como o definiria?
10. Existe ou existiu algum serviço/projeto de atividades artísticas com os utentes do Serviço de Apoio Domiciliário? Se sim, quais?
11. Como descreve os utentes de SAD do LAPI Centro? Caracterize-os.
12. Quais as principais qualidades e desafios destes utentes (financeiros, saúde, solidão, insegurança, entre outros)?

13. Já existiu por parte dos utentes de SAD do LAPI Centro, o desejo de participarem em atividades artística ou projetos de animação?
14. Na sua perspetiva quais foram as maiores consequências da COVID19 nos utentes do LAPI Centro? O que poderá ser feito para ajudar a retroceder essas consequências?
15. Na sua opinião, existe a necessidade de desenvolver mais projetos focados nos utentes de SAD? Se sim, porquê?
16. Qual a sua opinião sobre atividades artísticas desenvolvidas através da fotografia?
17. Quais são as suas expectativas para um projeto que tenha como público-alvo os utentes de SAD? Que qualidades são necessárias para se trabalhar com estes utentes?

ANEXO 4 – GUIÃO DE ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA INICIAL AOS PARTICIPANTES DO SAD



ESCOLA SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO
E CIÊNCIAS SOCIAIS



Mestrado em Intervenção
e Animação Artísticas

Guião de Entrevista – Utentes de SAD do LAPI Centro

1. Informações Gerais: Sexo? Idade? Habilitações académicas? Estado Civil? Há quanto tempo está inscrito no Serviço de Apoio ao Domiciliário do LAPI Centro?
2. O que mais gosta de fazer no seu dia-a-dia?
3. Quais são as suas atividades de lazer favoritas?
4. Quais os desafios que mais sente atualmente na sua vida? (financeiramente, socialmente, fisicamente, emocionalmente...)
5. Se pudesse mudar alguma coisa do seu dia a dia, o que mudava?
6. Alguma vez participou em atividades artísticas?
7. Desde que está inscrito no LAPI Centro, já participou em alguma atividade artística?
8. Durante a sua vida até hoje, costuma captar fotografias? No caso de uma resposta afirmativa, capta as fotografias com máquina fotográfica ou telemóvel?
9. Gosta de observar imagens fotográficas? No caso de resposta afirmativa, quais as fotografias que lhe despertam mais interesse: a) álbum de família; b) de caráter histórico/ informativo (revistas, jornais, livros temáticos); c) em exposições de fotografia (galerias, museus); d) de paisagens; e) outros
10. Para si, o que significa a imagem fotográfica?
11. O que mais gostaria de fazer numa atividade relacionada com a fotografia (Colagens, desafios de captação fotográfica, interpretação de imagens antigas e novas, entre outras)?

12. Gostaria que houvesse mais atividades artísticas ao domicílio? Se sim, que sugestões daria para essas atividades?
13. Quais os seus receios e expectativas sobre a sua participação em atividades criativas?
14. O que é importante para si para se sentir bem?
15. O que o/a faz feliz atualmente?
16. Quais os desafios que mais sentiu devido à COVID19?

ANEXO 5 – PLANIFICAÇÃO DAS SESSÕES DESENVOLVIDAS

| Data | Descrição | Materiais | Finalidade | Fotos |
|---|--|--|--|------------------------|
| 8/05/2023 a 12/05/2023 1ª Sessão | - Apresentação, explicação e esclarecimento de dúvidas sobre o projeto de intervenção; - Realização da entrevista semiestruturada inicial aos participantes do SAD. | - Documento do Consentimento informado - Guião de Entrevista - Caneta - Diário de Bordo - Gravador | - Assinar o consentimento informado; - Conhecer a realidade dos participantes; - Estabelecer um ambiente acolhedor para iniciar o projeto de intervenção; - Facilitar a troca de informações e apresentações mútuas; - Obter resposta às perguntas da entrevista de diagnóstico. | Sem imagens. |
| 16/05/2023 a 2/06/2023 2ª Sessão | - Desenvolvimento de uma atividade utilizando a fotografia de arquivo; - Partilha e diálogo sobre os álbuns de fotografias escolhidos pelos participantes; | - Álbuns de fotografias - Diário de Bordo - Câmara fotográfica | - Promover o diálogo; - Fomentar memórias e emoções; - Reviver momentos positivos e importantes da vida dos participantes; | No corpo do relatório. |
| 25/05/2023 a 3/06/2023 3ª Sessão | - Desenvolvimento de uma atividade apoiada na foto-elicitação; - Análise e reflexão de fotografias; - Associação de sentimentos, | - Fotografias impressas - Papel escrito com sentimentos - Papel em branco | - Estimular a reflexão dos participantes por meio da foto-elicitação; - Promover a análise pessoal de emoções e sentimentos associados às fotografias apresentadas; | No corpo do relatório. |

| | | | | |
|--|--|---|--|------------------------|
| | palavras ou frases às imagens de acordo com o que os participantes sentissem. | - caneta - Câmara fotográfica | - Adaptar as seleções de fotografias às informações obtidas nas entrevistas iniciais para aumentar a proximidade e conforto dos participantes no projeto | |
| 30/05/2023 a 17/06/2023 4ª Sessão | - Introdução de uma nova atividade com a utilização de uma máquina fotográfica descartável; - Adivinhar o instrumento escondido que se iria utilizar no decorrer da atividade; - Captura de quatro fotografias relacionadas com algo que transmitisse o bem-estar dos participantes; | - Máquina Fotográfica descartável Kodak - Saco preto de pano -Diário de Bordo - Câmara fotográfica | - Oferecer aos participantes uma experiência prática com fotografia; -Estimular a expressão criativa; - Proporcionar oportunidades para compartilharem interesses e preferências; - Promover a autonomia, confiança e autoestima; - Suscitar o interesse por atividades novas e fora das suas zonas de conforto; | No corpo do relatório. |
| 20/06/2023 a 4/07/2023 5ª Sessão | - Apresentação aos participantes do resultado da atividade realizada na sessão anterior; - Observação e análise das fotografias tiradas pelos próprios participantes; | - Fotografias reveladas - Diário de Bordo -Câmara fotográfica | - Promover a autorreflexão; - Explorar as realidades e emoções dos participantes através das fotografias tiradas por eles; | No corpo do relatório. |

| | | | | |
|--|--|---|---|------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Conversa sobre as razões e sentimentos por trás de cada fotografia; -Atribuição de títulos e descrições para cada imagem. | | <ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer o seu trabalho e valor; - Preparar as fotografias para a exposição fotográfica a decorrer no LAPI Centro para os clientes de CD; - Incentivar a partilha com a comunidade. | |
| <p>5/07/2023</p> <p>6ª Sessão</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Realização de uma exposição de fotografia localizada nas instalações do LAPI Centro para os clientes de SAD; - Observação das fotografias e promoção do diálogo com os clientes do SAD sobre as suas opiniões do trabalho realizado pelos participantes do SAD; - Desenvolvimento de uma atividade similar a realizada na quarta sessão, com os clientes do CD | <ul style="list-style-type: none"> - Mural para a exposição - ímanes - Fotografias da autoria dos participantes - Máquina fotográfica descartável - Câmara fotográfica | <ul style="list-style-type: none"> - Criar uma ponte entre as respostas sociais do LAPI Centro de alguns dos seus clientes de CD e SAD; - Valorizar as perspetivas e experiências dos participantes; - Estimular a criatividade e participação ativa dos clientes do CD durante a exposição de fotografias e na atividade realizada. | No corpo do relatório. |
| <p>11/07/2023 a 4/10/2023</p> <p>7ª Sessão</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Realização da última sessão do projeto de intervenção; | <ul style="list-style-type: none"> - Guião de entrevista semiestruturada final; | <ul style="list-style-type: none"> - Avaliar o impacto da envolvimento dos participantes no projeto no seu bem-estar; | Sem imagens. |

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> -Dar a conhecer o feedback positivo recebido sobre as fotografias tiradas pelos participantes, através da exposição fotográfica no LAPI Centro; - Concretização da entrevista final aos participantes do SAD | | <ul style="list-style-type: none"> - Avaliar as suas experiências no decorrer de todo o projeto; - Perceber quais as perceções positivas e negativas que os participantes tiveram ao longo do projeto; - Determinar o interesse pela participação em novos projetos similares a este. | |
|--|---|--|--|--|

ANEXO 6 – FOTOGRAFIAS UTILIZADAS PARA A 3ª SESSÃO



ANEXO 7 – GRELHA DE ANÁLISE DE CONTEÚDO DA ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA À DIRETORA TÉCNICA

| Temas | Categorias | Subcategorias | Unidade de Contexto |
|--|------------|--|---|
| Atividades Artísticas desenvolvidas | CD | Programa de animação com vários ateliers (música, pintura, trabalhos manuais, teatro, ...) | “(...) no centro de dia, sim, nós temos 8 utentes aqui no nosso centro de dia, e nós na nossa programação de animação, nós dividimos em vários ateliers, o plano de atividades em vários ateliers. Portanto, nós temos ateliers de música, atelier de pintura e trabalhos manuais. Temos atelier de drama e todos estes têm aqui alguma componente artística, não é?! Também temos, por exemplo, um atelier de contar histórias e elas acabam por poder contar histórias umas às outras e temos também uma parceria com o Super Ninho, por isso, muitas vezes elas também contam às crianças e recorremos a fantoche também é uma forma de arte...” |
| | SAD | Projetos pontuais, Sem atividades em | “Olha atualmente ao nível de atividades artísticas no apoio domiciliário nós não estamos |

| | | | |
|--|--------------|--|---|
| | | desenvolvimento de momento | a desenvolver qualquer tipo de atividade artística (...)" |
| Papel das Atividades Artísticas no Bem-estar da População Idosa | Nível Físico | Coordenação Motora, contribuição para a qualidade de vida e bem-estar; combate à tendência de perda de mobilidade e autonomia. | “Estimula a sua coordenação motora. Sabemos que aqui nesta fase da vida há uma tendência acentuada para perder a mobilidade e autonomia, e eu acredito que as atividades artísticas vêm contrariar esta tendência também.” |
| | Nível Mental | Expressão de sentimentos e emoções, estimulação da criatividade e imaginação, redução de stress e ansiedade, facilita a socialização e interação social. | “Olha, eu acho que qualquer forma de arte e, neste caso, as atividades artísticas têm imensos benefícios para população geral, mas falando concretamente aqui da população idosa. Eu diria que, em primeiro lugar, facilita a socialização, a interação social, o convívio e não só, também facilita aqui o hétero conhecimento no grupo, é muito interessante perceber que através das atividades artísticas elas têm muito mais facilidade em expressar sentimentos, em expressar emoções.” “A nível cognitivo ajuda bastante a desenvolver ou a estimular, digamos assim, a memória, reduz |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | | | também o stress, ansiedade e tudo. Todos estes benefícios contribuem para o bem-estar das pessoas idosas no geral para a sua qualidade de vida.” |
| Caracterização dos Clientes de SAD do LAPI Centro | Rede de Suporte Familiar | Maioria tem boa rede de suporte; no entanto pode existir desgaste dos familiares e cuidadores, cansaço. | “Olha, nós temos cerca de 50 utentes nos domicílios. A usufruir dos nossos serviços de Serviço de Apoio Domiciliário e eu diria que os nossos utentes de Apoio Domiciliário, na sua grande maioria, eles têm uma boa rede de suporte familiar, na grande maioria.” |
| | Solidão, isolamento social, falta de estímulo, desmotivação | Mesmo com família muitos sentem-se solitários, falta de hobbies, perda de sentido de utilidade. | “Mas, apesar de eles terem uma boa rede de suporte, significa que eles estão apoiados, estão cuidados há pessoas que se interessam por eles que realmente estão presentes na sua vida. Apesar disso, não significa que eles não se sintam sós. Então eu acho que há algo que chama a minha atenção neste grupo vasto de utentes, é eles, apesar de estarem rodeados de familiares, sentirem-se muito sós. Isto deve-se a perda essencialmente do seu cônjuge, de passarem muitas |

| | | |
|--------------------------------------|---|--|
| | | <p>horas do seu dia sozinhos, porque os seus familiares trabalham não é, e vão de manhã, vão para os seus trabalhos e regressam ao final do dia, então eles passam muitas horas do seu dia sozinhos.”</p> |
| Condição económica | <p>Maioria numa economia favorável, alguns com economia insuficiente.</p> | <p>“Então esta é uma realidade que me chama bastante a atenção. Temos uma pequena percentagem de utentes com insuficiência económica, o que significa que todos os outros vivem dentro da realidade económica que temos. Vivem uma vida relativamente confortável, e pronto têm que precisam para a sua sobrevivência. Uma minoria tem esta insuficiência económica (...)”</p> |
| Necessidade de atividades artísticas | <p>Combate aos efeitos negativos do envelhecimento, estímulo, sentido de utilidade.</p> | <p>“(...) é isso é o isolamento, e sabes que a partir do momento em que eles passam muitas horas do seu dia em casa, e também te digo que muitos deles não têm propriamente hobbies ou já não têm saúde para desenvolver hobbies, então acabam por ficar muitas horas sentados a ver televisão,</p> |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <p>então isto traz pouco estímulo à vida deles, não é?! E, então imagina, é pouco estímulo, é a solidão. Tudo isto acaba por desmotivá-los, acaba por fazer com que eles percam o sentimento de utilidade e depois vêm aquelas perguntas, o que é que eu estou a fazer aqui? Estou só aqui sentado, já não tenho motivação para viver, já não me sinto útil, sou apenas um peso, estou aqui a mais. E este sentimento de inutilidade, estou aqui a mais, acaba por depois ter um impacto muito grande na sua saúde mental e depois também é feito a sua parte física, a sua mobilidade.”</p> <p>“E, por isso, a necessidade de... que eu te dizia há pouco de querer continuar este projeto de animação ao domicílio, que incluía atividades artísticas. Eu Acredito muito no poder da arte para contrariar estes efeitos negativos que advêm do envelhecimento.”</p> |
|--|--|--|---|

| | | | |
|---|---|--|--|
| Interesse dos clientes de SAD na participação de atividades artísticas | Vontade; Disponibilidade para participar | Algum interesse, receptividade, | “(…) partir deles essa vontade de expressarem essa vontade, nem sempre, nem sempre acontece muitas vezes, eles estão resignados ao seu dia a dia, a passividade, que eles vivem e a rotina que já está instalada e acabam por nem sequer expressar isto, não é? Mas quando nós conversamos com eles e os estimulamos, então sim, eles são abertos e receptivos a terem atividades do género e a fazerem atividades do género.” |
| | Histórico com atividades artísticas | Experiência com algum tipo de atividade artística | “Tenho, por exemplo, uma utente de apoio domiciliário que gosta muito de artesanato e que até foi professor de artesanato. Portanto, eu tenho idosos que realmente se identificam e que gostam dessas atividades, ok?! Portanto, propor essas atividades seria extraordinário.” |
| Necessidade de Desenvolver Projetos para Clientes de SAD | Inovação, diversidade de serviços | Nos centros de dia existe mais facilidade de desenvolver atividades, o SAD | “(…) nos centros de dia e lares há toda uma dinâmica que de facto é facilitadora de um bem-estar numa qualidade de vida quando realmente as instituições se interessam por |

| | | | |
|--|----------------------------------|---|--|
| | | <p>é uma realidade diferente.</p> | <p>criar planos de atividades e ambientes facilitadores. Mas depois no apoio domiciliário a realidade é completamente diferente, não é, os idosos estão nas suas casas, nas suas próprias rotinas e muitas vezes, sim, o apoio domiciliário dos utentes que escolhem estar nas suas casas, escolhem por que muitos preferem estar naquele cantinho, na sua casa. Mas, ao mesmo tempo, acabam por ter estes sentimentos de solidão, de isolamento.”</p> |
| <p>Atividades Artísticas com Foco em Fotografia</p> | <p>Importância da fotografia</p> | <p>Grande significado para os clientes, gosto pela partilha de álbuns de fotografia</p> | <p>“Sim, olha em primeiro lugar, fotografia é algo que eu considero que é muito importante para os nossos utentes. Quando eu vou a qualquer visita domiciliar, é interessante que, na grande maioria dos casos, quando é a primeira vez ou mesmo quando não é a primeira vez, eles gostam de mostrar os álbuns de família, gostam de mostrar através de fotografias como é que foi a vida deles. Portanto, a fotografia é algo que está muito presente na vida de todos nós, mas</p> |

| | | | |
|--|----------------------------|--|---|
| | | | também está muito presente na vida dos nossos idosos.” |
| | Ligação, memórias, emoções | Conexão da fotografia com os sentimentos dos clientes, reviver de momentos. | “Mas nota-se o gosto de gravar na memória deles momentos que foram passando ao longo da vida através da fotografia.” |
| | Potencial terapêutico | Trabalhar conceitos, emoções e pensamentos com a fotografia é considerado terapêutico. | “Portanto, a fotografia é sempre algo muito ligada às nossas memórias, muito ligada às nossas emoções, muito ligado aos nossos sentimentos e com população idosa é exatamente igual, portanto, trabalhar conceitos, trabalhar emoções, trabalhar sentimentos, trabalhar pensamentos, trabalhar assuntos com base na fotografia, faz todo sentido.” “(…) eu diria que que é extraordinário, é algo que eles valorizam muito.” |

ANEXO 8 – GRELHA DE ANÁLISE DE CONTEÚDO DAS ENTREVISTAS SEMIESTRUTURADA INICIAIS AOS PARTICIPANTES DO SAD

| Temas | Categorias | Subcategorias | Unidade de Contexto |
|-----------------------|------------|----------------------------|---|
| Atividades Diárias | Lazer | Ouvir rádio/ Ver Televisão | <p>“Gosto de ouvir rádio, ouço o José candeias, que as pessoas que andam na viagem que andam no estrangeiro falam com ele.” – P1</p> <p>“(…) de ouvir rádio, e gosto de ouvir a televisão em voz alta, ouço notícias, ouço várias coisas, ouço e olho para lá, vejo os vultos, mas não conheço lá ninguém agora, mas sei os nomes deles e conheço pela fala. Pronto é o que eu gosto de fazer.” -P2</p> <p>“Gosto de dormir, gosto de ver a televisão de ouvir o rádio e pronto vou arrumando a casa vou aspirando.” -P5</p> <p>“Às vezes gosto de estar aqui deitada na cama a ver televisão sem fazer nada (...)” – P6</p> <p>“Gosto de ver televisão comprei a melhor televisão do mundo. Vejo a bola, vejo ténis, no desporto vejo tudo (...)” – P7</p> <p>“Estar no sofá, gosto de ver este Goucha, ou de ver uma serie, as notícias, vou me distraíndo.</p> |

| | | | |
|--|--|-------------------------------------|---|
| | | | Gosto de ver o Goucha e das pessoas que ele leva aos programas que se aprende ou a pessoa fica alerta para outra realidade.” – P8 |
| | | Conversar | “(…) ir falar com os amigos, mas agora já não vou tanto.” – P1 “O que é que eu gosto de fazer? Agora não gosto de fazer nada... gosto de conversar (...)” – P2 “(…) falar com pessoas amigas (...)” – P3 |
| | | Passear, visitar sítios, caminhadas | “(…) visitar os sítios, os castelos, os museus, visitava tudo (...)” – P2 “Gostava de ver exposições, ir à livraria” – P3 “(…) gosto de passear quando me levam.” – P4 “(…) comecei a fazer caminhadas depois que fiz a cirurgia (...)” – P6 |
| | | Ler e escrever | “Lia muitos livros (...)” – P2 “Ler, escrever, durante a noite escrevo muito é com a cabeça.” – P3 |
| | | Artesanato | “Artesanato, esta paixão nasceu de uma pessoa que não tinha o 12º ano e que foi fazer o 12º |

| | | | |
|-----------------|-------|---|---|
| | | | <p>ano num curso profissional da escola profissional da Marinha Grande para um curso que não tinha matemática que era o curso de técnica de pintura em vidro e lapidação (...).” -P6</p> |
| Desafios | Saúde | <p>Impacto da idade (envelhecimento) e da partida</p> | <p>“Essa é difícil, como é que eu vou responder, é assim não tenho ambição nenhuma já na vida, não tenho pena da vida que vou deixar, mas tenho pena das amizades que cá deixo, não estou a desejar o dia da partida. (...) mas é a saúde.” – P2</p> <p>“As coisas menos positivas é a idade, desafios, não tenho metas, dificuldades andar como deve de ser, dói-me o corpo e a idade que eu acho que é horrível, na minha opinião envelhecer é horrível pronto, eu fui muito abaixo fisicamente há dois anos.” – P8</p> |
| | | <p>Problemas de saúde física e mental</p> | <p>“(...) Hoje infelizmente ou felizmente os problemas que me afetam assim mais é a saúde, a idade já não posso dizer isso, (...) não posso ter 20 anos para sempre, e não podemos ter sempre saúde, temos de ter sacrifícios na vida, agora vou dizer mal.... se eu</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | <p>gostei de chegar a velho, a idoso e gosto de cá estar ainda. (...)” – P1</p> <p>“Neste momento não posso dizer o que é que eu mudava porque tenho a minha mente muito virada para o meu estado de saúde (...), portanto eu não tenho nada que me incentive, não tenho nada que eu possa dizer assim gostava disto ou daquilo, se aparecer alguma coisa que eu goste, estou aqui.” – P4</p> <p>“Fisicamente, esta doença que eu tive.” – P7</p> |
| | | <p>Dificuldades ou perda da mobilidade</p> | <p>“Eu para mudar na minha vida, só mudava, sair da cama e poder andar, era a única coisa que eu mudava, de resto, a saúde que eu tenho não é muita, tenho várias falhas várias coisas, mas isso é normal na vida. (...) Portanto era só a única coisa que eu mudava era isso, poder andar e ir à rua, ir ali abaixo ou ir ali acima ou ir ao café falar com uns amigos, só mais nada.” – P2</p> <p>“Mudava o andar, gostava de andar melhor, de andar mesmo, era andar realmente, (...).” – P5</p> <p>“Eu começava... não consigo</p> |

| | | | |
|--|--------------|-----------------------------------|---|
| | | | descer a rua, andar um bocadinho todos os dias, porque se continuar assim qualquer dia estou numa cadeira de rodas, tipo ir ao fundo da rua dar a volta ao quarteirão, fundo da rua e voltar.” – P8 |
| | Sociais | Isolamento social | “Eu não tenho problemas na minha vida, eu sou um problema... então aqui em casa fechada há 4 anos, (...)” – P3 “Ando muito murcha, gostava de realmente voltar a ir à piscina (...)” – P5 |
| | | Conflitos familiares | “(...) a minha filha não fala comigo (...)” – P3 |
| | Habitação | Casa não adaptada às necessidades | “Era a minha casa. Gostava de ter feito rés do chão.” - P1 |
| | Financeiros | Limitações financeiras | “O principal desafio neste momento é mesmo o financeiro.” – P6 |
| Participação em atividades artísticas | Envolvimento | Nunca Participou | “Não não, não tenho cabeça para isso...” – P1 “Ah atividades artísticas por acaso não participei, queria que eu fosse para o rancho de Leiria, mas eu não gostava de rancho e hoje adoro. Gostava de ter feito teatro na minha vida. Adoro teatro.” – P4 |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>“Não, nada, nada, cheguei a ir a museus, mas nunca participei.”</p> <p>– P5</p> <p>“Não e também não me dá vontade.” – P7</p> |
| | <p>Interesse/Participação em eventos/atividades artísticas</p> | <p>“Hmmm não, só participei em duas coisas que me ficaram gravadas para toda a vida. Fazia parte de ciência, não era parte de ciência, fazia parte de uma excursão, numa excursão em Castelo de vide numa estadia da INATEL que eu fiz de júri de dança, fiz no lugar do João baião (...), portanto e foi outra vez no Algarve num dia de uma apresentação, num dia nas férias da INATEL também, havia a apresentação daquilo que as pessoas gostavam ou queriam fazer, cada um apresentava, um fazia desenhos, outro fazia um boneco, outro fazia outra coisa e então eu fiz umas quadras, junto com outro senhor (...), e apresentamos as quadras (...). – P2</p> <p>“Sim em feiras de artesanato, teatro no centro de convívio, num coro da escola.” – P6</p> <p>“Sim antes de estar inscrita na ASA” – P8</p> |

| | | | |
|-------------------|-------------|---|---|
| | | Curso de cerâmica | “No curso de cerâmica (...), não me lembro de mais nada.” – P3 |
| | Convite | Nunca foi convidado | <p>“Não, nunca perguntaram, mas agora também com esta idade...” – P1</p> <p>“Não, não participei.” – P3</p> <p>“Não, não, ainda não veio, embora a Dra. tenha vindo ver o espaço.” – P6</p> <p>“Não, nunca participei nessas coisas, não.” – P7</p> <p>“Não e eu também não sei se tenho paciência.” – P8</p> |
| | | Participação em atividades no LAPI Centro | <p>“Veio, veio a menina estagiária, e falámos (...)” – P2</p> <p>“Tenho uma memória muito bonita, foi só um ano antes do covid aparecer, a Dr. e um grupo de miúdos vieram cá a casa cantar, mas foi só isso.” – P4</p> <p>“Veio aqui uma menina estagiária só falar comigo (...)” – P5</p> |
| Fotografia | Experiência | Pouca experiência | “Não... tiraram-nas a mim... nunca me virei para isso. No telemóvel já tirei, ao cão, à mulher tiro às vezes, à árvore por brincadeira... também tirei isto, um problema que a minha mulher teve numa perna!” – P1 |

| | | | |
|--|--|---------------------------|---|
| | | | <p>“Não, nunca tiro, não sei trabalhar com o telemóvel, tinha (camaras) tinha umas poucas, tirava sempre as fotografias aos miúdos quando eram pequeninos e pela vida fora, a máquina, mas de resto não aprendi (...).” – P5</p> <p>“Não, não, fotografia não, gosto acho giro e gostava, tenho as peças fotografadas, mas não. Ah sim aos miúdos sim tirava, e a determinadas coisas, sim tirava normal nas férias quando estavam no parque e na piscina.” – P8</p> |
| | | <p>Alguma experiência</p> | <p>“Sim, comprei uma máquina fotografia que naquele tempo, há 30 ou 40 anos, custou 30 contos, tirava fotografias a 20 ou 30km de distância (...), e tirava fotografias de noite e no escuro via-se em toda a parte.” – P2</p> <p>“Ah tirava... tive uma máquina fotográfica, telemóvel não, nunca fui capaz de mudar para os normais. Eu gostava muito de tirar fotografias, eu gostava, mas não percebia nada.” – P3</p> <p>“Aí muito, gosto, gosto de tirar fotografias.” – P4</p> <p>“Já tive máquina fotografia, e</p> |

| | | | |
|--|--------------|--------------------------|--|
| | | | <p>também tive na escola da Marinha Grande também tive uma disciplina de fotografia, gostava muito de fazer fotografia, não a mim, não de selfies nem nada dessas coisas, mas fotografias às paisagens, neste momento ter uma máquina fotográfica exige dinheiro, revelar fotografias exige dinheiro, no telemóvel começa a encher a memória portanto a fotografia é só mesmo para os meus trabalhos de artesanato que gosto de fazer, não com as condições que eu gostava mas faço, e quando vou fazer algum passeio ai sim aproveito para tirar a paisagens para recordar, para quanto mais ficar na história do Facebook que repete de vez em quando, vêem-nos mostrar as fotografias e eu relembro onde estive.” – P6</p> <p>“Sim, passei por esses tempos tinha uma máquina fotográfica e depois passei para a de filmar, fazia filmagens, fazia de tudo antigamente.” – P7</p> |
| | Preferências | Gosto por todas as fotos | <p>“Gosto. Gosto de todas, gosto de ver paisagens sim gosto.” - P1</p> |

| | | | |
|--|--|---------------------------|---|
| | | | <p>“Aí gosto, gosto de todas, todas, olha tudo quanto for mais antigo, uma fotografia que encontre, uma fotografia muito antiga e que vou rever e revejo e revejo, mas eu também já não vejo muito bem.” – P7</p> |
| | | <p>Fotos de paisagens</p> | <p>“Gostava, gostava muito. Em toda a parte, adorava as fotografias, e comprei uma Máquina fotografia (...), gostava de ver nas revistas e gostava de ver nos jornais, e gostava de tirar as fotografias e guardá-las num álbum, tenho lá um álbum quase completo com fotografias tiradas no estrangeiro em Marrocos, em Espanha, nos Açores em vários lados, quando fui à tropa (...), tenho histórias, fotografias disso tudo. Adorava as fotografias das paisagens (...).” – P2</p> <p>“Ah sim há muita beleza em muita fotografia há outras que não me dizem rigorosamente nada. O meu género favorito de fotografia, parece mal o que vou dizer, mas é verdade, é natureza, adoro, adoro, adoro, sou muito honesta.” – P4</p> <p>“A partir do momento em que a</p> |

| | | | |
|--|--|-------------------------------|--|
| | | | <p>visão se alterou, eu também deixei e também não tenho dinheiro deixei de comprar revistas e jornais e essas coisas porque eu fazia-o, gosto muito de ver coisas na net, normalmente vou ver coisas sobre a natureza, vou... mesmo os jogos que eu tenho normalmente são puzzles e é os puzzles com imagens da natureza. Gosto muito de ver os programas que falam do meio ambiente do espaço, tudo do fundo do mar (...), gosto muito de ver paisagens.” – P6</p> |
| | | Álbuns de família | <p>“Gosto gosto, os museus, os poucos que vi gosto, gostei muito de ver, gosto dos álbuns de família e nas revistas.” – P5</p> |
| | | Retratos de pessoas e animais | <p>“Tenho tudo em envelopes escrito por fora aqui ou ali, ou no ano tal, tenho tudo organizado. Gosto de fotografias com pessoas, flores, pôr do sol, o mar.” – P3</p> <p>“Sim, mais de pessoas ou que as vezes vejo pessoas muito velhas que tem muitos vínculos e de crianças por causa dos</p> |

| | | | |
|--|--------------|---|---|
| | | | meus netos, vejo onde calha.” – P8 |
| | Significados | Memória/Registo de momentos importantes | <p>“Significa, eu acho que isso para mim significa, quando está perfeita, acho que significa uma coisa boa, uma memória, quer dizer, eu para mim é, quando está uma coisa bem feita, para mim considero uma coisa, pronto, gosto da cor, gosto do formato.” – P1</p> <p>“Olhe vem-me à mente que quando eu era nova era um prazer enorme tirarem-me fotografias e eu depois mandava para a guiné para o meu namorado e depois ele tirava lá também nos serviços onde andava lá na tropa também tirava e mandava-me temos para aí muita fotografia dessa altura e era muito bom, eu gostava muito, muita felicidade muita e agora sinto tristeza de não poder voltar, (...).” – P5</p> <p>“O registo de acontecimentos da nossa vida que estão ali, se não vão varrer, se escapar, sim marcar os momentos.” – P8</p> |
| | | Recordação | “O que ela significa? Uma recordação inesquecível e agora tenho um desgosto, uma tristeza |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>enorme por não poder olhar para elas e não as poder ver (...).” – P2</p> <p>Recordações e de ver a transformação das pessoas e recordar o que naquele momento onde é que estávamos ou o que estávamos a fazer ou se estava bem disposta e o que é que se tinha passado.” – P3</p> <p>“Opa acho que é uma coisa bonita porque eu costumo dizer que recordar é viver e... e quando eu olho para fotografias, por exemplo dos meus filhos pequeninos, é uma ternura ai é uma coisa assim, ai é uma emoção mesmo, eu gosto, faz me lembrar o passado também e várias emoções sim, ajuda-nos a recordar.” – P4</p> <p>“Olhe a memória, e é recordar como são fotografias, primeiro fotografias antigas, segundo que me tragam à memória recordação e boas recordações e depois procuro e vejo e fico encantado, faz-me sentir bem.” – P7</p> | |
| | | <p>Emoções/ Sentimentos</p> | <p>“Recordação de momentos, histórias, mais..., mas aí um bocadinho também no recordar, o recordar coisas passadas</p> |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | | | também vem as emoções e é basicamente isso.” – P6 |
| Interesse em atividades relacionadas à fotografia | Indiferença | | “olhe não, porque não me acrescenta nada à minha vida e nos últimos tempos tenho sofrido muito com esta doença que eu tive (...), gostava de recordar as fotografias antigas.” – P7 |
| | Discussão e apreciação de fotografias antigas | | “Falar das fotografias antigas (...).” – P2 “Aí Gosto de ver fotografias antigas gosto.” – P3 “Sim pode ser, ver e falar de imagens antigas (...).” – P5 |
| | Outras atividades relacionadas com fotografia | | “Se calhar gostava de tirar fotografias a tudo, eu às vezes até já tirei. Já tive aqui uma serie de fotografias, mas já apaguei, tiraram-nas e eu pronto, eu sei tirar, eu sei tirar aqui umas fotografias.” – P1 “Gostaria muito de fotografar coisas e depois fazer um trabalho de composição com as várias fotografias, como por exemplo ir a uma praia recolher objetos que o mar traz e depois fazer um quadro com aquela colagem toda, um bocado nesse sentido.” – P6 |

| | | | |
|------------------|-----------------------|---------------------------------------|---|
| | | | <p>“Eu estou limitada porque não ando e não tenho carro, mas gostava, há uns anos davam um curso de fotografia, gostava de aprender sim.” – P8</p> |
| Bem-Estar | Fatores de felicidade | Família, amigos e relacionamentos | <p>“É várias coisas, há várias coisas que me fazem sentir bem, uma delas é saber, ter quase a certeza que tenho um amigo que eu não conheço mas ele conhece, e as outras coisas é saber conhecer quem são as pessoas com quem eu possa depositar confiança e amizade, é isso em que eu tenho em ter gosto em viver (...).” – P2</p> <p>“Ó minha filha é assim, nesta altura do campeonato da minha vida não sei, a minha família é a coisa mais linda que existe na minha vida, sim é quando estou com eles quando ando com eles por aí para Lisboa e sim, sim, sim, são os meus filhos sim, os meus amigos estou normalmente, gosto deles (...).” – P4</p> |
| | | Atividades ao ar livre e sair de casa | <p>“Neste momento nada... é sair de casa.” – P3</p> |

| | | | |
|--|--|-------------------------|--|
| | | | “Irmos passear para a figueira para a praia.” – P7 |
| | | Saúde e cuidado pessoal | “Era ter saúde...” – P1 “Ter saúde, os netos e os filhos e o bem-estar, serem felizes.” – P8 |
| | | Interação Social | “Uma pessoa amiga telefonar-me, mandar uma mensagem, fiquei contente de ter saído na quarta-feira até comprei umas coisas.” – P3 |
| | | Religiosidade | “É a minha crença que eu tenho e as amizades que eu consegui criar por toda a parte onde andei (...).” – P2 |
| | | Sentimento de utilidade | Estar aqui consigo, conversar com as pessoas, dar testemunho daquilo que eu passei mas ver as coisas do lado positivo, faz-me feliz perceber que os meus simples exemplos podem ajudar outras pessoas, faz-me feliz saber que estou disponível para ajudar quando o outro precisa dentro das minhas possibilidades, faz-me feliz perceber que estou a conseguir conquistar os meus objetivos apesar dos 56 anos, porque nós olhámos para o lado as pessoas com 56 anos estão desertas para |

| | | | |
|--|--------------|---|--|
| | | | <p>a reforma, estão cansadas do trabalho e eu ainda não fiz nada (...) porque a saúde não me deixou, a vida aconteceu assim mas eu tenho “25 anos” e o tempo que eu viver vou vivê-lo ao máximo, (...) portanto é como eu digo serenidade e paz é a maior felicidade, dá-me felicidade ter uma casa onde não chove e ter comida na mesa.” – P6</p> |
| | Preocupações | Receio pela saúde, limitações de mobilidade | <p>“Desde que começou a pandemia fiquei doente, piorei veio a covid e vieram doenças subsequentes à covid, falta de equilíbrio a memória, e não poder sair, passear, mas cá vou andado.” – P7</p> |
| | | Perceções da COVID19 | <p>“Olhe era não ter os covids, ou a mulher, que era uma chatice, se a gente fosse para o hospital com a idade que temos e não só, era capaz de pôr a gente a andar... isso preocupava-me, preocupava apanhar isso. Não ia lá ao café... era o medo de contagiarem, alguém contagiar e até hoje... quando vou ao hospital ainda levo a minha máscara, e nos centros de saúde</p> |

| | | | |
|--|--|---------------------------------|--|
| | | | <p>também. Eu lembro-me de muita pandemia, da febre amarela... com a covid19 senti mais medo, mais tímido, as outras já nem me lembrava era rapaz novo.” – P1</p> <p>“Eu não apanhei. Acho que alterou completamente, modificou as pessoas, foi assim passar de um mundo para outro completamente diferente, trouxe uma modificação total em hábitos e naqueles dias que as pessoas tinham de estar fechadas, as que estiveram e as outras com cuidado, e as máscaras... foi sair de um mundo e entrar noutra.” – P3</p> |
| | | <p>Restrições de atividades</p> | <p>“Olhe só senti a morte de um irmão, de resto nada, eu nunca pensei muito no covid, não tive covid nem tive contacto e de resto os meus filhos não tiveram, tive de deixar de ir à piscina e se calhar se continuasse ainda andava melhor.” – P5</p> <p>“ O que mais me prejudicou o covid foi eu ter de deixar o centro de dia, como as pessoas já me conheciam e sabiam que eu fazia artesanato, a pessoa responsável da parte do centro</p> |

| | | | |
|--|--|-------------------|---|
| | | | <p>de dia e do serviço de apoio domiciliário, disse-me que podia ir para lá e ia ficar ao lado da animadora como eu sabia fazer artesanato, e animadora dizia vem ai o natal comece a pensar em coisas para fazer no natal, vem ai a páscoa comece a pensar em coisas para a páscoa, eu comecei a estar ativa, começaram as pessoas a gostar do trabalho que eu fazia com a animadora (...), ou seja eu comecei quase a ser uma funcionária, estava feliz, numa sexta-feira despedimo-nos até segunda-feira, quando chega sábado à tarde dizem-me para já não ir segunda-feira porque o centro de dia ia fechar por causa do covid. O que me prejudicou foi isso. De março a novembro foi na altura que vendi o carro, portanto também deixei de ter formas de sair dali, para ir a algum lado tinha de pedir, para ir às compras tinha de pedir. Essas foram as limitações.” –</p> <p>P6</p> |
| | | <p>Isolamento</p> | <p>“Senti que estava mesmo enclausurada, presa, mas tinha que ser e que deus quisesse que passasse rápido, tinha medo,</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | <p>pensei que fosse uma coisa que veio para ficar. Senti isolamento e a falta de saúde, desde o covid coincidiu tudo.”</p> <p>– P8</p> |
|--|--|--|--|

ANEXO 9 - GRELHA DE ANÁLISE DE CONTEÚDO DAS SESSÕES - DIÁRIO DE BORDO

| Temas | Categorias | Subcategorias | Unidades de Contexto |
|--|-----------------------------|-------------------|---|
| <p>Obstáculos identificados</p> | <p>Dificuldades físicas</p> | <p>Mobilidade</p> | <p>De uma forma geral todos os participantes apresentaram ter alguma restrição física, principalmente o P2 que se encontra acamado. “sabe menina, eu gosto muito de conversar e participar, mas já não me consigo mover muito.” 1ª Sessão</p> <p>Durante a atividade desenvolvida na 4ª Sessão foi possível perceber que os participantes 1, 2, 4, 5, 7 e 8 foram os que mostraram mais as suas dificuldades físicas, muitos mostrando o seu desconforto, apesar da vontade de participar. “Tenho esta dor na perna que por vezes não me deixa fazer nada, é uma coisa chata!” -P5</p> <p>“Epá, pois, isto com a muleta é difícil, mas pronto é devagar.” – P1</p> |

| | | | |
|--|--|----------------|--|
| | | <p>Visão</p> | <p>Os participantes 2 e 6 manifestaram ter problemas de visão, nesse sentido as atividades foram adaptadas para que os mesmos pudessem participar. “Eu já não vejo quase nada menina, já estou assim há uns bons anos.” – P2 - 1ª Sessão “Eu tive que ser operada aos olhos e ajudou, mas continua a ser um pouco difícil para mim.” P6 - 2ª Sessão</p> |
| | | <p>Audição</p> | <p>No caso do participante 2, este revelou que só conseguia ouvir de um ouvido, pedindo que fosse falado em direção ao outro de forma que pudesse ouvir e compreender as instruções dadas ao longo do projeto e das atividades. “Olhe tem que falar para este ouvido para eu conseguir perceber está bem?” 2ª Sessão</p> <p>Na situação da participante 3 a mesma explicou que tem um problema de saúde que afeta a sua audição, esclarecendo que “O médico disse que tenho um problema, não me lembro do nome, mas por vezes a audição é muito complicada,</p> |

| | | | |
|--|----------------------|----------|---|
| | | | chega a dar mau estar porque envolve outras coisas também.” – P3 2ª Sessão |
| | Bloqueios emocionais | Receio | Desde a 1ª Sessão , o participante 1 foi o que se mostrou mais receoso de estar a participar num projeto de intervenção, sendo que nunca o fez, não tinha a certeza que tinha jeito para fazer o que fosse pedido. “Olhe que eu não sei nada disso, não percebo dessas coisas assim...” – P1 |
| | | Desânimo | Durante a atividade realizada na 3ª Sessão a participante 3 mostrou algum desânimo antes de começar a atividade devido a situações familiares, explicando “Estava para desmarcar a nossa sessão de hoje, não estou muito bem, o dia não está a correr bem.” - P3 A participante 4, durante a 3ª Sessão também demonstrou estar pensativa e desanimada pois nesse dia recebeu uma notícia menos positiva sobre o seu estado de saúde. “Querida, hoje não estou |

| | | | |
|--|--|----------|---|
| | | | <p>muito bem, recebi um telefonema sobre umas análises e foi uma notícia não muito animadora...” – P4</p> <p>Para a participante 8 o seu desânimo veio-se a manifestar durante a 2ª Sessão pois ao partilhar o seu livro de fotografias e história de vida e trabalho, lembrou que foi o único projeto que fez desde que está reformada. “Desde que parei de trabalhar e os filhos estão mais que criados, fiquei sem vontade para fazer nada, não me apetece, e este por acaso foi o único projeto que desenvolvi para depois dar aos meus netos!” – P8</p> |
| | | Tristeza | <p>Através das atividades realizadas na 2ª e 3ª Sessão, foi possível identificar alguma tristeza sentida pela participante 3 ao lembrar certos momentos da sua vida e até mesmo refletindo com o seu presente. “Nem sempre foram momentos bons, aliás, foram bons naquele momento, mas hoje já não os vejo assim...” – P3 – 2ª</p> |

| | | | |
|--|--|------------|--|
| | | | <p>Sessão</p> <p>Ao refletir sobre algumas fotografias durante a 3ª Sessão a participante teve tendência a identificar sentimentos menos positivos em algumas das fotografias, “Esta é tristeza, o senhor está triste sem dúvida.” – P3 – 3ª Sessão</p> <p>Sessão</p> <p>Durante a 2º Sessão a participante 8 confessou andar triste por não conseguir arranjar motivação para ser mais ativa e dedicar-se aos seus projetos artísticos como tinha planeado. “Não consigo mesmo, não tenho vontade, até tenho uma coisa que comecei, mas não tenho vontade de acabar já viu? Agora que tenho tempo não faço.” – P8 – 2ª Sessão</p> |
| | | Frustração | <p>Durante as primeiras sessões o participante 7, foi o único que transpareceu alguma frustração devido ao seu estado de saúde e período de recuperação, sendo que gostava de estar melhor mais rápido. “Estou farto de não conseguir fazer mais como</p> |

| | | | |
|--|------------------|--|---|
| | | | antes, de andar melhor e fazer a minha vida!” - P7 |
| | Baixa autoestima | | Durante a 4º Sessão a participante 5 demonstrou não ter muita confiança nas suas capacidades. Mesmo ao participar na atividade proposta, manifestou que o resultado não ficaria bom. “Oh Márcinha, eu acho que isto não vai ficar lá grande coisa, eu faço..., mas isto deve ficar mal no fim, não devo estar a fazer isto com deve de ser.” - P5 |
| | solidão | | Durante as sessões realizadas com a participante 3, foi possível perceber que a participante se sentia só apesar de viver com um familiar, sendo que não havia diálogo ou convívio. “Parece que vivo sozinha, não fala comigo, acha isto normal? É como se estivesse sozinha.” - P3 3º Sessão No caso da participante 5, durante a atividade de partilha de fotografias, relatou que não está muito com os filhos porque estão a trabalhar, |

| | | | |
|---------------------------------------|-------------------------|-----------|---|
| | | | então por vezes sente-se só, sendo que também deixou de sair tanto como fazia antigamente. “O meu marido já faleceu, e os filhos trabalham, então às vezes sou só eu... vou limpando a casa pronto.” - P5 2ª Sessão |
| Pontos Positivos identificados | Participação/desempenho | Interesse | <p>Ao serem dadas as instruções para o desenvolvimento da atividade, todos os participantes mostraram interesse por partilhar um pouco das suas histórias de vida através dos seus álbuns de fotografias. 2ª Sessão</p> <p>Durante a atividade de associação de fotografias a sentimentos, palavras ou frases, os participantes mostraram interesse e entenderam rapidamente o que era pretendido para o desenvolvimento da atividade, especialmente quando a participante 6 diz “isto é muito interessante, gosto disto, que giro, nunca tinha feito algo assim!” – P6, sendo que se pode relatar um pensamento semelhante quando outra participante</p> |

| | | | |
|--|--|--------------------|---|
| | | | <p>comenta “Aa sim sim, estou a perceber, faz-nos pensar! Os outros participantes também fizeram isto?” – P4, podendo-se ainda sublinhar a afirmação de outra participante quando diz “Isto é bom, uma pessoa fica entretida, distrai-me, é interessante.” – P5 3º Sessão</p> |
| | | <p>Curiosidade</p> | <p>Uma das atividades que provocou mais curiosidade traduziu-se naquela em que foi introduzida a utilização de uma máquina fotográfica para captar fotografias, todos os participantes ficaram intrigados com o seu manuseamento e vontade de experimentar, mesmo aqueles que não tinham a certeza de como o fazer, o que se pode confirmar com as seguintes afirmações: “Elahh, eu nunca tive uma dessas, deixe cá ver bem.” – P1; “A sério? Uma máquina? E vou poder tirar fotografias?! Que bom sempre gostei, queria muito ter uma destas!” – P6; “E eu é que vou tirar as fotografias? Como é que essa funciona? Eu tiro, eu tiro!” - P7 Desta forma foi possível</p> |

| | | | |
|--|--|-----------------------------------|---|
| | | | <p>observar como a atividade moveu positivamente os participantes - 4ª Sessão</p> <p>Na realização da exposição de fotografia no LAPI Centro para os clientes de CD, notou-se a curiosidade pelo trabalho feito pelos participantes do SAD, cativando o olhar dos clientes sendo que de uma forma geral se elogiaram as fotografias criando um ambiente de diálogo para entender mais sobre como originaram as fotografias da autoria dos participantes de SAD. – 6ª Sessão</p> |
| | | <p>Motivação/Força de vontade</p> | <p>Durante a atividade, os participantes demonstraram estar motivados e focados em observar e analisar as fotografias apresentadas. Muitos deles encontraram nas fotografias exemplos de força de vontade, o que se pode observar através dos comentários dos participantes, “Este senhor é um exemplo, eu também jogava ténis... com a idade dele não diria que tinha assim tanta força!” – P7; “É uma</p> |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <p>inspiração, dá vontade de criar e encontrar a criatividade em nós.” – P6; “olhe é uma grande admiração, sim senhor!” -P4 – 3ª Sessão</p> <p>Na 4ª Sessão os participantes demonstraram estar ainda mais motivados para a realização da atividade proposta. Notou-se uma onda de força de vontade por todos eles, pois apesar das suas dificuldades físicas, fizeram questão de se levantar (os que tinham possibilidade) e de explorar as suas opções para tirarem as fotografias. Foi possível presenciar a boa disposição que os mesmos transmitiam ao tirar as fotografias, enquanto sorriam. “Foi tão bom, não estava à espera, gostei tanto!” – P6 – 4º Sessão</p> <p>Através da 7ª Sessão ao se ter dado a conhecer como correu a exposição de fotografias, os participantes de um modo geral ficaram bastante satisfeitos e motivados para desenvolver as suas próprias ideias de atividades. “Eles</p> |
|--|--|--|---|

| | | | |
|--|--|-----------------------------|--|
| | | | <p>gostaram? Que bom, que bom!” – P5; “Eu por acaso até já pensei, seria interessante até mesmo convidar pessoas para trabalharmos aqui em casa, assim num ambiente criativo e de companhia.” – P8 – 7ª Sessão</p> |
| | | <p>Autoestima/Autonomia</p> | <p>No desenrolar da atividade os participantes surpreenderam com a vontade de decidirem como e onde tirar as fotografias, mostrando-se na maioria autónomos e focados do início ao fim da atividade. - 4ª Sessão</p> <p>Durante a atividade desenvolvida na 5ª Sessão, notou-se particularmente o aumento da autoestima dos participantes ao obterem os resultados do trabalho feito na sessão anterior, destacando a reação dos participantes ao dizerem “Olhe não esperava, até ficaram interessantes, fui eu que tirei, que bem!” – P1; “Até ficaram muito boas, com a sua motivação consegui, ficou um bom resultado, não tinha ideia que tinha conseguido tirar assim, que</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | bonitas!” – P5 ; “Muito bem, obrigada, gostei tanto, ficaram tão lindas, significam tanto para mim, a sério!” – P6 ; |
|--|--|--|--|

ANEXO 10 – GUIÃO DA ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA FINAL AOS PARTICIPANTES DO SAD

Guião de Entrevista Semiestruturada Final aos Utentes de SAD

- 1- Como se sentiu ao participar neste projeto de fotografia?
- 2- Sentiu que este projeto acrescentou algo de positivo na sua rotina?
- 3- Quais foram as atividades que o/a mais cativaram? E porquê?
- 4- Houve alguma atividade em específico que não lhe agradou? Se sim, qual foi e o seu motivo?
- 5- Gostaria que houvesse mais projetos deste género no futuro?

ANEXO 11 – GRELHA DE ANÁLISE DE CONTEÚDO DAS ENTREVISTAS SEMIESTRUTURADAS FINAIS AOS PARTICIPANTES DO SAD

| TEMAS | CATEGORIAS | SUBCATEGORIAS | Unidade de contexto |
|---|----------------------------|--------------------------|--|
| Participação no Projeto de Intervenção | Sentimento sobre o projeto | Bem-estar/Boa disposição | <p>“Senti-me bem foi bom, gostei muito, aquilo nunca mais me esqueço ó Márcia!” – P2</p> <p>“Senti-me bem, confortável.” - P3</p> <p>“Senti-me bem, senti-me bem, sim gostei.” - P4</p> <p>“Olha senti-me muito bem, muito bem mesmo, gostei muito.” -P5</p> <p>“Senti-me bem, gostei sim senhor, gostei muito.” -P7</p> |
| | | Entretenimento | “Gostei, fiquei entretida, gostei!” – P8 |
| | | Entusiasmo | “Gostei muito, estou muito satisfeita, muito entusiasmada para ver os resultados, para saber como é que correram as coisas também para si e feliz por ter sido escolhida para participar nesse projeto.” – P6 |

| | | | |
|--|--|-----------------------|---|
| | Impacto do Projeto na rotina dos participantes | Positivo | <p>“Sim, sim, aquilo foram coisas que nunca mais me vou esquecer e é sempre positivo, é bom, eu gostei muito, gostei muito.” -P2</p> <p>“Acho que sim, ajudou-me em dias que não estava tão bem.” -P3</p> <p>“Gostei, sim foi positivo.” -P7</p> |
| | | Experiência diferente | <p>“Talvez, em parte, se me dá satisfação eu ando mais bem-disposta e há alteração na minha rotina.” – P5</p> <p>“Sim, nos dias em que estava consigo, foi alguma coisa diferente, conversámos e foi bom.” -P8</p> |
| | | Importante | <p>“Claro que sim, então foi alguém que eu recebi em minha casa, uma pessoa que eu não conhecia com quem eu simpatizei tanto, que fiquei tão feliz por ser escolhida, é claro que eu tinha que estar feliz e contente pelo convívio que tive e por tela conhecido, pronto</p> |

| | | | |
|--|-----------------------|--|--|
| | | | foi mesmo muito importante para mim, mesmo, mesmo muito importante.” -P6 |
| Atividades desenvolvidas durante o Projeto de Intervenção | Atividades cativantes | Álbum de fotografias (fotografia de Arquivo) | <p>“Talvez a de falar das minhas fotografias, gostei de falar.” – P3</p> <p>“Eram aquelas que me faziam recordar o passado mais longinco do álbum de família, sim, sim. Porque fazia recordar, lembrar.” - P7</p> <p>“De falar do meu livro de história de vida, mostrar e falar. Porque talvez tenha sido o único projeto que eu fiz, não sei se foi há 10 anos ou desde a 10 anos que estou reformada, foi há menos tempo, pronto foi uma coisa que me envolvi muito e deu-me muito gozo fazer, foi longo, mas talvez tenha sido por isso.” – P8</p> |
| | | Trabalhar com máquina fotográfica | <p>“Em princípio gostei delas todas, até tenho pensado nisso, sim gostei daquela em que tirei as fotografias, tenho</p> |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | | | <p>ali, quer dizer porque foi tirado com a câmara, com uma máquina que eu nunca tinha tirado, nunca tinha tirado uma fotografia com uma máquina assim.” – P1</p> <p>“A da de tirar fotografias com a câmara que trouxe, porque foi diferente, gostei.” – P4</p> <p>“Eu gostei muito daquela em que eu tirei, porque pensava que estava afinal a tirar em vão, mas sempre ficou alguma coisa de bonito, pois foi uma coisa diferente e fui eu que tirei embora fosse a Márcia que me incentivasse, mas fui eu que tirei, e gostei mais dessas.” – P5</p> |
| | | <p>Associar Fotografias e sentidos (foto-elicitção)</p> | <p>“Gostei muito daquela de ver as fotografias e ver nas fotografias alguma coisa, tirar delas um sentido, procurar ver o que é que elas eram, o que é que lá estava, o que é que me diziam a mim as fotografias, analisar o</p> |

| | | | |
|-------------------------|---|--------------------------------------|--|
| | | | que é que eu via em cada uma delas, porque fez refletir exatamente.” – P6 |
| | Atividades desinteressantes | Nenhuma | “Gostei de todas, todas!!” –P2 “Não, não houve nenhuma em específico, foi tudo positivo.” – P6 “Não, no geral gostei de todas.” – P8 |
| Projetos Futuros | Interesse em participar em projetos futuros | Projetos similares | “Atão não gostava, gostava, pois, gostava muito!” -P2 “Sim, sim gostava que houvesse mais coisas desse género no futuro.” -P4 |
| | | Depende da vontade e disponibilidade | “Ah se eu tivesse assim vagar ou boa disposição para a coisa, quer dizer sim, sim se tiver com vagar.” -P1 “Talvez se a saúde me permitir!” -P3 |
| | | Projetos Novos | “É sempre bom, coisas novas, exatamente.” -P7 |

ANEXO 12 – CARTAZ DA EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIAS

